

Edukasi *Mental Health* dan Penyimpangan Seksual bagi Remaja

Febria Syafyu Sari¹, Maulidya Nurdini²

Akper Nabila Padang Panjang

¹febrina914@gmail.com¹

Abstract

Teenagers and even adults think that liking and loving their same sex is not wrong. In fact, not infrequently they publish and hide behind the word trauma of the past, have been abused and so on. Therefore, mental health to prevent things like this from happening again and again for future generations is the reason for choosing the theme of the virtual talk show webinar on mental health and sexual deviation for teenagers. This activity aims to disseminate scientific meetings related to mental health issues and their impact on adolescents. The method used in this community service is a virtual talk show seminar. The activity lasts 1 day. The impact of the activity is the change in adolescent response and understanding the importance of mental health from an early age. This indicates that education is very effective so that adolescents understand the meaning, role, impact, solutions and ways to maintain mental health so that they are able to create positive views, both for themselves and for others.

Keywords: Mental Health, Deviance, Sexual

Abstrak

Remaja bahkan dewasa sekalipun sekarang menganggap menyukai dan mencintai sesama jenis mereka bukanlah hal yang salah. Bahkan tak jarang dari mereka mempublikasikan dan bersembunyi dibalik kata trauma masa lalu, pernah dilecehkan dan lain sebagainya. Maka dari itu kesehatan mental untuk mencegah hal seperti ini berkurang dan tidak terjadi kembali untuk generasi masa depan, menjadi alasan untuk memilih tema webinar virtual talkshow mental health dan penyimpangan seksual bagi remaja. Kegiatan ini bertujuan desiminasi pertemuan ilmiah terkait masalah kesehatan mental dan dampak pada remaja. Metode yang digunakan dalam pengabdian mayarakat ini seminar talkshow secara virtual. Kegiatan berlangsung 1 hari. Dampak dari kegiatan terjadinya perubahan respon remaja dan memahami pentingnya mental health sejak dini. Hal ini menandakan edukasi sangat efektif dilakukan sehingga remaja memahami makna, peran, dampak, solusi dan cara menjaga mental health sehingga mampu memiliki konsep diri yang positif,

Kata kunci: Mental Health, Penyimpangan, Seksual

© 2022 Jurnal Pustaka Mitra

1. Pendahuluan

Remaja merupakan masa paling indah dan menyenangkan bagi Sebagian orang. Masa remaja yang meliputi pencarian jati diri, mengagumi idola dan penuh dengan teka-teki. Hal-hal baru pada

remaja sangat mudah terpengaruh terutama yang membuat mereka tertarik, bergaul dengan teman sebaya dan membentuk kelompok untuk menentukan identitas dan eksistensi diri.

Masa remaja merupakan salah satu periode dalam rentangkehidupan manusia yang berada pada usia 13 sampai 21 tahun. Pada masa ini individu telah mengalami masa baligh yang ditandai dengan datangnya menstruasi pada perempuan dan mimpi pada laki-laki.

Dengan mengenal remaja maka kita akan dapat mengarahkan pendidikan dan perkembangan mental remaja ke arah yang lebih baik sehingga diharapkan kedewasaan bukan hal yang sulit dicapai, introspeksi diri pada kehidupan remaja yang akan diperbaiki dimasa yang mendatang.

Pendidikan seks merupakan pendidikan pencegahan dalam kelainan seksual dan menangani apabila telah terjadi hubungan seksual pada remaja. Pendidikan seksual dibutuhkan disetiap tahap perkembangan. Dari usia anak hingga lanjut usia. Materi yang disampaikan harus disesuaikan dengan tahap usia dan tugas perkembangan individu.

Pendidikan seks khususnya bagi remaja lebih menekankan pada hubungan yang positif terhadap lawan jenis. Hubungan remaja yang sedang bergejolak dan memiliki rasa penasaran yang tinggi terhadap semua hal. Materi atau konten yang diberikan selain membahas tentang perkembangan biologis juga membahas hubungan sosial lebih luas. Selain dari aspek tersebut kepribadian remaja juga dibimbing dan dibina sehingga memiliki konsep diri yang positif.

Kesehatan mental berkaitan erat dengan hal pendidikan seks. Edukasi yang baik akan melahirkan individu yang bermental sehat. Kesehatan mental remaja harus didukung dari perlakuan orangtua dirumah, guru sekolah dan lingkungan sekitarnya. Dari segi sekolah misalnya yang sangat terkait erat dengan kesehatan mental adalah kepribadian dan hubungan sosial.

Dari penjelasan tersebut, remaja yang memiliki kesehatan mental adalah remaja yang mempunyai pemahaman diri dan lingkungan seutuhnya. Berkembang sesuai dengan semua kemampuan yang dimilikinya dan dapat terhindar dari gangguan kepribadian atau gangguan jiwa. Dalam hal ini, perlu dukungan dari orangtua dan sekolah.

Perilaku seksual menyimpang merupakan perilaku gangguan mental. Gangguan mental mencakup adanya penurunan fungsi mental dan berpengaruh pada perilaku yang tidak sesuai dengan yang sewajarnya. Perilaku seksual menyimpang yang dikhawatirkan apabila remaja tidak mendapatkan pemahaman tentang pendidikan seks sejak dini seperti: homoseksual, lesbianisme, mesochisme, sadisme, exhibitionisme, onani dan masih banyak yang lainnya in merupakan contoh perilaku seksual menyimpang. Berbagai macam faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut.

Penyebab munculnya perilaku penyimpangan seksual dengan pendekatan behavioristik, psikoanalisis dan kognitif. Dengan adanya *reinforcement* dapat menyebabkan perilaku terjadi berulang dan pengalaman masa lalu seseorang yang tidak menyenangkan dapat menjadi salah satu penyebab munculnya penyimpangan seksual. Temuan ini dapat menjadi salah satu acuan teori yang dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya dalam mencari tahu penyebab munculnya penyimpangan seksual dan menemukan penanganan yang efektif dan spesifik [4].

Perilaku menyimpang tersebut dapat dicegah melalui pola asuh dan perhatian yang maksimal orangtua terhadap anak yang beranjak remaja khususnya. Sekolah juga sebagai lingkungan yang penting mengambil peran “wakil orang tua” di luar rumah. Program-program yang diberikan serta layanan yang tepat sasaran adalah salah satu kunci kesuksesan remaja dimasa depan tentunya program dan layanan tersebut disesuaikan dengan kondisi siswa dan lingkungan sekitar.

Perilaku yang telah terlanjur menyimpang dapat diatasi dengan adanya kerja sama baik dari orangtua dan sekolah dengan psikolog, psikiater, ahli seksologi karena untuk beberapa kasus penyimpangan seksual tidak dapat hanya diselesaikan secara pemberian layanan tetapi harus adanya perlakuan/terapi dari professional di bidangnya. Seperti contoh homoseksual untuk mengembalikan individu pada hakikat dirinya sebagai laki-laki harus dicari terlebih dahulu latar belakang kenapa hal tersebut dapat terjadi. Apakah dia trauma atau karena masalah hormon keduanya itu beda perlakuan dan ahli yang menangani mental seseorang. [1] Kesehatan seringkali dilihat hanya sebatas kesehatan fisik saja. Padahal, pada kenyataannya kesehatan bukan hanya fisik tetapi juga psikis/psikologis. Kesehatan jiwa ini seringkali dianggap kalah penting dibandingkan kesehatan fisik. WHO mengatakan anak muda sangat rentan terkena gangguan mental. Terutama masa remaja merupakan masa dimana banyak perubahan yang terjadi dalam diri dan penyesuaian yang terjadi secara psikologis, emosional, serta finansial. Perubahan yang terjadi dalam perkembangan teknologi sangat berperan besar kepada kesehatan mental remaja. Contoh dalam penggunaan sosial media yang menciptakan gaya hidup yang terlihat ideal yang pada kenyataan tidak indah kenyataan. Hal tersebut dapat menyebabkan tekanan besar terhadap pikiran generasi muda. Salah satu cara untuk peningkatan pengetahuan masyarakat ini adalah dengan edukasi kesehatan tentang pentingnya kesehatan mental anak dan penyimpangan seks pada remaja agar dapat meningkatkan kesehatan mental remaja Indonesia, dengan memberikan edukasi ini diharapkan remaja dapat mengetahui penyebab,

pencegahan, pengobatan, rehabilitasi akibat gangguan mental [2].

Pendidikan seks yang dilakukan dalam hal ini adalah dengan memberikan materi-materi tentang seks sebagai berikut: Pertama: Memberikan penjelasan tentang perbedaan jenis kelamin terutama tentang biologis dan fungsi; Kedua: Memberikan pemahaman tentang sikap dan Batasan perilaku bergaul dengan lawan jenis dan sesama jenis; Ketiga : Memberikan pemahaman tentang bentuk terjadinya penyimpangan seksual; Keempat : Mampu membedakan penyimpangan, pelecehan atau kekerasan seksual; Kelima : Mencegah remaja tidak menjadi korban atau – bahkan pelaku penyimpangan seksual; Keenam: Menumbuhkan sikap berani untuk memberitahukan pada orang tua atau guru apabila terjadi penyimpangan seksual baik menjadi korban atau pelaku [3].

Berdasarkan ulasan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku seksual tidak dibenarkan. Menurut Islam, perilaku seksual menyimpang tidak sejalan dengan fitrah kemanusiaan. Sementara dalam sudut pandang psikologi, perilaku seksual menyimpang dapat muncul karena libido seksualitas, penundaan usia pernikahan, tabu dan larangan dalam membicarakan problematika seks, kurangnya informasi tentang seks, dan pengaruh pergaulan bebas.

Untuk meminimalisir kemungkinan munculnya perilaku seksual menyimpang, perlu diajarkan sejak dini, terutama agar seorang anak memandang seks kearah yang positif. Pendidikan tentang seks ini mencakup *sex instruction* dan *education in sexuality*. Dalam Islam, pendidikan seks bahkan semestinya dapat integral dengan pendidikan aqidah, akhlak dan juga ibadah. [5]

Berdasarkan berbagai hasil penelitian dan kasus sebelumnya, penulis melakukan pengabdian masyarakat edukasi mental health dan penyimpangan seksual pada remaja. Tujuan pengabdian masyarakat adalah agar remaja memahami makna kesehatan mental dan mencegah penyimpangan, pelecehan dan kekerasan seksual.

2. Metode Pengabdian Masyarakat

Bentuk kegiatan ini dilakukan virtual talkshow secara daring pada hari Sabtu, tanggal 16 April 2022. Partisipan keseluruhan Mahasiswa yang bertempat tinggal di berbagai wilayah yang ada di Sumatera Barat yang berjumlah 31 orang. Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi : (1).Tahap perizinan permintaan narasumber (2). Tahap persiapan kegiatan (3). Tahap pelaksanaan pada tahap kegiatan ini adalah pembukaan, sambutan ketua pelaksana, presentasi pembicara : makna, peran, cara menjaga kesehatan mental, jenis penyimpangan seksual, solusi serta dampak jika terjadi penyimpangan

seksual dan sesi terakhir diskusi tanya jawab (4) Tahap evaluasi, tahapan akhir dari kegiatan.

3. Hasil dan Pembahasan

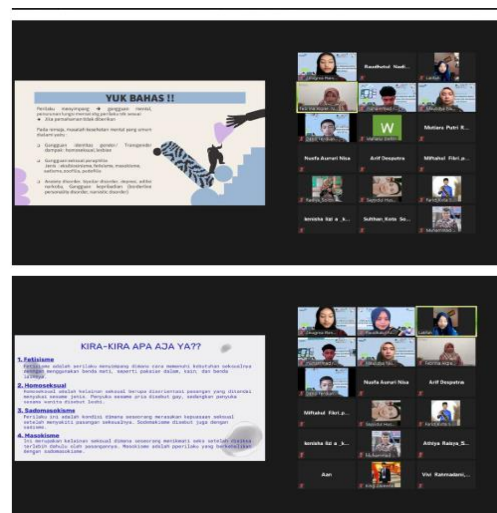
Rangkaian hasil pengabdian berdasarkan edukasi yang dilakukan pada tanggal 16 April 2022 secara virtual talkshow. Partisipan yang hadir merupakan Duta genre Sumatera Barat dan Mahasiswa yang ada di Sumatera Barat.

Berdasarkan Evaluasi kegiatan terdapat 31 partisipan dan hamper keseluruhan paham terhadap edukasi yang telah diberikan .

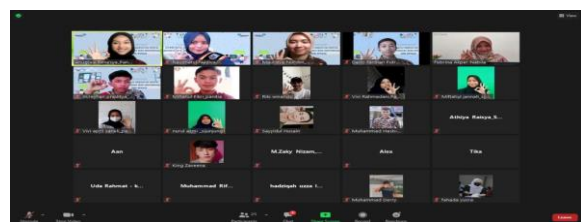
Tabel 1. Distribusi respon partisipan pada Evaluasi pasca edukasi

No		Kesehatan mental	Penyimpangan seksual
1	Paham	90%	95%
2	Tidak Paham	10%	5%

Dari tabel 1 dapat dilihat perubahan perolehan pengetahuan mengenai kesehatan mental dan penyimpangan seksual.



Gambar 1. Proses Presentasi



Gambar 2. Dokumentasi Partisipan

4. Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan ini sangatlah penting bagi seluruh partisipan dalam menghadapi permasalahan mengenai kesehatan mental dan *sex education* dalam kehidupan mereka. Bukan itu saja, virtual

talkshow juga membantu atas permasalahan yang dialami remaja dengan cara sesi tanya-jawab diakhir kegiatan. Panitia penyelenggara virtual talkshow merasa sangat senang dan bahagia karena turut mengundang peserta yang membutuhkan materi yang panitia pilih, seperti peserta dengan inisial A yang menderita penyakit mental *anxiety disorder* atau panic attack, sehingga dapat membantu peserta melalui sesi tanya-jawab.

Kegiatan virtual talkshow “Edukasi *Mental Health* dan Penyimpangan Seksual Bagi Remaja” ini merupakan kegiatan yang sangat bermanfaat bagi para remaja khususnya remaja yang menderita gangguan kesehatan mental dan perilaku seks menyimpang, karena dengan materi yang disampaikan dapat menambah wawasan dan solusi untuk mengatasi permasalahan yang dialami. Sehingga para remaja dapat hidup menjadi remaja yang sehat, kaya dan berdaya.

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Duta Genre Sumatera Barat yang telah memfasilitasi kegiatan virtual talkshow *mental health* dan penyimpangan seksual pada remaja

Daftar Rujukan

- [1] H. Z. Sukoco, F. Althof, and U. Nihayah, “Menyoali Gangguani Kesehatani Mentali Deviasii Seksuali Fetish,” *Islam. Couns. J. Bimbing. dan Konseling Islam*, vol. 5, no. 2, pp. 149–164, 2021.
- [2] M. Melizsa *et al.*, “THE IMPORTANCE OF MENTAL HEALTH IN CHILDREN AND ADOLESCENTS IN PARAKAN INPRES VILLAGE SELATAN,” *JAM J. Abdi Masy.*, vol. 2, no. 2, pp. 115–123, 2021.
- [3] A. A. Abidin, “Perilaku Penyimpangan Seksual dan Upaya Pencegahannya di Kabupaten Jombang,” in *Prosiding Seminar Nasional & Temu Ilmiah Jaringan Peneliti IAI Darussalam Balokagung Banyuwangi*, 2008, pp. 545–563.
- [4] A. E. Ulitua, C. C. Soen, and I. M. Hardjasmita, “A literature review of sexual deviation,” *J. Muara Med. dan Psikol. Klin.*, vol. 1, no. 1, pp. 10–16, 2021.
- [5] M. Masmuri and S. Kurniawan, “PENYIMPANGAN SEKSUAL: SEBUAH INTERPRETASI TEOLOGI, PSIKOLOGI DAN PENDIDIKAN ISLAM,” *Raheema J. Stud. Gend. dan Anak*, vol. 3, no. 1, pp. 100–112, 2016.