

## Meningkatkan Pemahaman Perilaku Seksual Berisiko Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Modeling

*Eva Yuliani<sup>1</sup>, Heri Saptadi Ismanto<sup>2</sup>, Ismah<sup>3</sup>*

<sup>1,2</sup> Universitas PGRI Semarang; Jl. Sidodadi Timur No. 24, Kota Semarang, Jawa tengah 50232, telp. (024)8316377  
e-mail: [3vayulianiii@gmail.com](mailto:3vayulianiii@gmail.com)

**Abstract.** *This study aims to analyze the effect of the application of group guidance with modeling techniques in improving understanding of risky sexual behavior in class XI students of MAN 2 Semarang City. Using quantitative methods with 108 students as respondents, it was found that the pre-test average score in the experimental group was 64.06%, while the post-test average score increased to 93.26%. Thus, there was an increase in understanding by 29.2% after students attended group guidance with modeling techniques. The results of the hypothesis test analysis show a significance value (2-tailed) of 0.000, which means  $0.000 < 0.05$ . This indicates that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, so it can be concluded that group guidance with modeling techniques has a significant effect on increasing understanding of risky sexual behavior in class XI students of MAN 2 Semarang City.*

*Keywords:* Risky Sexuality, Group Guidance Modeling Techniques

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam meningkatkan pemahaman mengenai perilaku seksual berisiko pada siswa kelas XI MAN 2 Kota Semarang. Menggunakan metode kuantitatif dengan 108 peserta didik sebagai responden, ditemukan bahwa skor rata-rata pre-test pada kelompok eksperimen sebesar 64,06%, sedangkan skor rata-rata post-test meningkat menjadi 93,26%. Dengan demikian, terdapat peningkatan pemahaman sebesar 29,2% setelah siswa mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik modeling. Hasil analisis uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000, yang berarti  $0,000 < 0,05$ . Hal ini mengindikasikan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik modeling berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pemahaman perilaku seksual berisiko pada siswa kelas XI MAN 2 Kota Semarang.

*Kata kunci:* Seksual Berisiko, Bimbingan Kelompok Teknik Modeling

## A. PENDAHULUAN

Saat ini, perkembangan globalisasi membagikan pengaruh kepada perkembangan orang. Akibat dari kemajuan ini bisa bersifat positif ataupun minus, baik untuk warga secara umum maupun bagi remaja. Dampak positifnya terlihat dari kemajuan teknologi yang memungkinkan akses informasi menjadi lebih cepat dan mudah. Sementara itu, dampak negatifnya mencerminkan munculnya berbagai tantangan yang dihadapi masyarakat, termasuk pergantian nilai kehidupan yang berpotensi mengesampingkan norma moral dan agama. Salah satu dampak negatif yang menonjol adalah meningkatnya perilaku menyimpang dalam hubungan sosial, seperti pergaulan bebas yang semakin banyak terjadi di kalangan remaja (Nurhalimah, 2013).

Bimbingan dan konseling bermaksud guna menolong kemajuan konseli supaya bisa mengoptimalkan potensi diri mereka. Perkembangan individu dipengaruhi oleh berbagai faktor lingkungan, baik fisik, psikologis, maupun sosial. Lingkungan yang kurang kondusif, maraknya konten pornografi dan tindakan tidak senonoh di televisi serta dalam bentuk media seperti VCD atau DVD, ketidakharmonisan dalam keluarga, serta kemerosotan moral di kalangan orang dewasa berdampak pada pola perilaku konseli. Beberapa perilaku bermasalah yang sering muncul meliputi tindakan kekerasan (*bullying*), konsumsi minuman keras, penyalahgunaan narkoba atau NAPZA, serta pergaulan bebas. Semua perilaku ini bertentangan dengan norma kehidupan warga yang beradab. Selain itu, meningkatnya individu yang berperilaku seksual beresiko jadi kejadian yang semakin umum terjadi di lingkungan sosial (Heri, 2022).

Bradlay (dalam Elita, 2022) menjelaskan bahwa modeling adalah suatu proses pembelajaran yang terjadi ketika individu mengamati perilaku orang lain. Teknik modeling tidak hanya sekadar meniru atau mengulang tindakan model, tetapi juga melibatkan proses modifikasi dengan menambahkan atau

mengurangi perilaku berdasarkan pengamatan dan pemrosesan kognitif (Jones dalam Asmidar, 2023). Teknik ini dianggap efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai perilaku seksual berisiko, karena umumnya anak didik merasa malu guna mengulas poin itu secara langsung. Tujuan dari penggunaan teknik modeling adalah membantu siswa menjaga diri dari pergaulan yang tidak segar serta tingkatan pemahaman mereka terhadap risiko perilaku seksual.

Penelitian lain yang berjudul "*Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Pemahaman Perilaku Seks Pranikah Siswa Kelas XI di SMK N 4 Kota Bengkulu*" oleh Elita Yessy Misbahuddin (2022) menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dapat tingkatan uraian anak didik kepada sikap seks pranikah. Setelah diberikan layanan ini, anak didik jadi lebih terbuka serta tidak lagi merasa canggung dalam mendiskusikan topik tersebut. Perihal ini dibuktikan dengan hasil *post- test* yang membuktikan kalau pemahaman siswa mengenai perilaku seks pranikah berada dalam kategori tinggi.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di MAN 2 Semarang dan wawancara dengan Bapak Shodakoh selaku guru BK pada tanggal 10 Agustus 2024, menjelaskan bahwa di kelas XI ada faktor lingkungan yang menyebabkan perilaku seks berisiko. Pada masa remaja ini siswa sangat dipengaruhi oleh kualitas diri, Kualitas diri mencerminkan perkembangan emosional yang kurang stabil, kesulitan dalam bersosialisasi, minimnya pemahaman terhadap norma agama, serta ketidakmampuan dalam memanfaatkan waktu luang secara efektif.

Pengamatan kedua, penulis melakukan wawancara pada tanggal 12 Agustus 2024 terhadap beberapa siswa yang dinilai kurang memahami perilaku seks berisiko, dan mendapatkan hasil bahwa rata-rata siswa saat berpacaran dengan pasangannya sering melakukan hal-hal yang kurang

pantas dilakukan saat berpacaran seperti berciuman, dan meraba-raba area yang sensitif.

## B. LANDASAN TEORI

### 1. Pemahaman Perilaku Seks Berisiko

Perilaku seksual berisiko ialah sesuatu tindakan kelewatan tanpa terkendali yang dicoba oleh anak muda sebab sedikitnya pemahaman serta uraian mengenai pembelajaran seks, Perihal ini mengarah berkontribusi kepada resiko kehamilan dini yang tidak diharapkan, penularan penyakit, serta bahkan kematian dini (Santrock dalam Huawe, 2022).

Menurut Kinsey et al. (2019), perilaku seksual terbagi menjadi empat aspek yang berurutan, di mana setiap tahap yang lebih tinggi didahului oleh tahap sebelumnya. Aspek-aspek tersebut meliputi:

- a. Bersentuhan (*touching*), mencakup berbagai bentuk kontak fisik, mulai dari bergandengan tangan sampai berpelukan.
- b. Berciuman (*kissing*), mencakup ciuman ringan hingga ciuman mendalam yang melibatkan permainan lidah (*deep kissing*).
- c. Bercumbuan (*petting*), melibatkan sentuhan pada area sensitif pasangan yang dapat membangkitkan gairah seksual.
- d. Berhubungan kelamin (*secsual inttercouse*), mencakup aktivitas penetrasi penis ke dalam vagina.

Terdapat berbagai faktor yang memengaruhi pemahaman terkait perilaku seks berisiko. Beberapa di antaranya meliputi usia, jenis kelamin, peran keluarga, serta paparan media pornografi (Mahmudah, 2016). Faktor-faktor tersebut merupakan bagian dari aspek sosiodemografi dalam kehidupan remaja. Sosiodemografi sendiri merupakan cabang ilmu yang memberikan gambaran komprehensif mengenai perilaku penduduk, baik dalam lingkup individu maupun kelompok. Berikut ini adalah penjelasannya:

- a. Remaja yang mengalami pubertas lebih awal memiliki kemungkinan 4,65 kali lebih besar buat ikut serta dalam sikap intim beresiko dibanding dengan remaja yang mengalami pubertas pada usia normal.
- b. Jenis kelamin memengaruhi kecenderungan perilaku, di mana laki-laki cenderung lebih banyak terlibat dalam berbagai aktivitas dibandingkan perempuan. Selain itu, orang tua umumnya lebih protektif terhadap remaja perempuan dibandingkan laki-laki.
- c. Peran keluarga mencakup pengasuhan, pengawasan, dan perlindungan sebagai tanggung jawab utama orang tua yang dapat diterapkan dalam lingkungan keluarga. Terdapat berbagai pola pengasuhan yang bisa diaplikasikan oleh orang tua dalam membimbing anak-anak mereka, di antaranya adalah: a) pendorong, b) panutan, c) teman, d) konselor.
- d. Media pornografi dapat dengan mudah mempengaruhi remaja, karena pada umur ini mereka mempunyai rasa mau ketahui yang besar serta cenderung mencari berbagai informasi baru. Paparan terhadap media pornografi dapat memberikan dampak yang signifikan, terutama dalam membentuk perilaku seksual yang berisiko di kalangan remaja.
- e. Bimbingan Kelompok Teknik *Modeling*

Bimbingan kelompok dengan teknik modeling merupakan layanan yang memungkinkan peserta didik belajar melalui pengamatan, dengan meniru atau memodifikasi perilaku yang diamati, serta menggeneralisasi berbagai hasil observasi yang melibatkan proses kognitif.

Tujuan dari layanan bimbingan kelompok teknik modeling adalah sebagai pembelajaran yang dilakukan melalui kegiatan observasi atau pengamatan secara langsung pada saat proses pembelajaran melalui suatu model pembelajaran tertentu. Salah satu teknik modeling yang sering digunakan berupa teknik modeling simbolic. Teknik modeling simbolic ini dalam proses pembelajaran dilaksanakan melalui kegiatan pengamatan siswa melalui film, audiovisual maupun secara visual.

Tahapan bimbingan kelompok dengan teknik modeling terdapat tahapan, yakni :

- a. Tahap pembentukan, pada tahap ini pemimpin kelompok memublikasikan diri kepada anggota kelompok agar mengenal satu sama lain, pemimpin kelompok memberikan penjelasan mengenai definisi bimbingan kelompok, tujuan bimbingan kelompok teknik modeling, menjelaskan asas-asas yang ada dalam bimbingan kelompok, dan menjelaskan cara pelaksanaan bimbingan kelompok
- b. Tahap peralihan, pada tahap ini pemimpin kelompok bersama anggota kelompok menciptakan suasana keakraban, saling percaya dan diberikan kegiatan selingan *ice breaking*.
- c. Tahap kegiatan, pada langkah ini atasan kelompok membagikan ilustrasi pada personel kelompok berbentuk bentuk yang dihadangkan dalam wujud vidio ataupun media yang lain, dimana sikap bentuk yang hendak diperlihatkan sudah *disetiing* buat ditiru oleh anggota kelompok.
- d. Tahap akhir, dalam langkah ini, kepala kelompok menginformasikan kalau aktivitas hendak segera berakhir. Beliau memohon personel kelompok buat merangkum kegiatan bimbingan yang telah dilakukan serta menyampaikan kesan dan pesan mereka. Selain itu, pemimpin kelompok juga menyampaikan informasi mengenai pertemuan berikutnya jika diperlukan.

### C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain Pre-Eksperimen menggunakan Model *One Group Pre-Test Post-Test Design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 108 siswa yang terdiri dari kelas XI B, XI J, dan XI K. Uji coba (*try out*) dilakukan pada 36 siswa di kelas XI I, sementara sampel utama yang digunakan adalah kelas XI B, yang dipilih secara acak dengan teknik *Cluster Random Sampling*.

Metode yang dipakai dalam penelitian ini merupakan rasio psikologis, sehingga ciri intelektual dibebankan dengan cara tidak langsung melalui indikator-indikator dalam skala pemahaman perilaku seks berisiko. Instrumen

penelitian berupa skala psikologis dalam wujud skala tertata, di mana responden dimohon memilah balasan yang paling sesuai dengan dirinya. Skala ini menggunakan empat pilihan jawaban dalam skala *Likert*: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Instrumen ini terdiri dari 48 pernyataan, yang terbagi menjadi 24 pernyataan positif dan 24 pernyataan negatif.

Berdasarkan analisis data, hasil *pre-test* pada kelompok eksperimen menunjukkan skor rata-rata sebesar 64,06%, sedangkan hasil post-test meningkat menjadi 93,26%. Berdasarkan hasil skor rata-rata tersebut dapat diartikan bahwa pemahman perilaku seks berisiko pada kelompok penelitian hadapi kenaikan sebesar (29, 2%) sehabis diserahkan layanan bimbingan kelompok metode modeling. Bersumber pada analisa percobaan anggapan didapat hasil signifikasi (2- tailed) sebesar 0, 000, alhasil  $0, 000 < 0, 05$ . Maksudnya  $H_0$  ditolak serta  $H_a$  diperoleh yang bersuara“ terdapat akibat bimbingan kelompok dengan metode modeling guna tingkatan uraian perilaku seks berisiko kelas XI MAN 2 Kota Semarang”.

#### D. HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Uji Normalitas

		Tests of Normality					
	Kelas	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil	Pretest A (Kontrol)	.144	15	.200*	.955	15	.609
	Posttest A (Kontrol)	.176	15	.200*	.904	15	.110
	Pretest B (Eksperimen)	.174	15	.200*	.943	15	.417
	Posttest B (Eksperimen)	.188	15	.161	.908	15	.126

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ditampilkan dalam tabel Kolmogorov-Smirnov untuk Pre-test dan Post-test, diketahui bahwa kelompok eksperimen memiliki nilai signifikansi sebesar 0, 200 guna pre- test serta 0, 161 guna post-test, yang keduanya lebih besar dari 0, 05. Perihal ini membuktikan kalau data hasil pre- test serta post- test pada tim penelitian berdistribusi wajar. Sedangkan

itu, tim pengawasan mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0, 200 pada pre- test serta 0, 200 pada post- test, yang pula lebih besar dari 0, 05. Dengan begitu, data hasil pre-test dan post-test pada kelompok kontrol juga berdistribusi normal.

Tabel 2. Uji Homogenitas

**Test of Homogeneity of Variance**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Pemahaman Perilaku Seks Berisiko	Based on Mean	1.169	1	28	.289
	Based on Median	1.083	1	28	.307
	Based on Median and with adjusted df	1.083	1	20.194	.310
	Based on trimmed mean	1.181	1	28	.286

Bersumber pada hasil percobaan homogenitas akhir, diperoleh nilai *Levene Statistic* sebesar 1,169 dengan tingkatan signifikansi 0, 289 yang lebih besar dari 0, 05. Perihal ini membuktikan kalau data bersifat homogen, sehingga hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak. Dengan demikian, bisa disimpulkan kalau sampel berawal dari populasi yang serupa ataupun memiliki karakteristik homogen.

Tabel 3. Uji Hipotesis

**Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest - Posttest	-29.200	3.668	.947	-31.231	-27.169	-30.828	14	.000

Berdasarkan data yang disajikan, nilai signifikansi (*2-tailed*) tercatat sebesar 0,000. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05, dapat disimpulkan kalau ada perbandingan yang penting antara variabel awal (*pre- test*) serta variabel akhir (*post- test*). Perihal ini mengindikasikan adanya pengaruh yang nyata dari perlakuan yang diserahkan pada kelompok penelitian. Dengan demikian,



hipotesis yang menyatakan bahwa “layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling berpengaruh dalam meningkatkan pemahaman perilaku seks berisiko siswa kelas XI MAN 2 Kota Semarang” dapat diterima.

#### E. PEMBAHASAN

Bersumber pada hasil kalkulasi percobaan anggapan, didapat nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variabel sebelum perlakuan (*pre-test*) dan setelah perlakuan (*post-test*). Dengan kata lain, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, sementara hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diperoleh. Oleh sebab itu, hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang melaporkan kalau "Bimbingan kelompok dengan teknik modeling berpengaruh dalam tingkatan uraian perilaku seks berisiko pada siswa kelas XI MAN 2 Kota Semarang" dapat diterima pada derajat signifikansi 5%. Tidak hanya itu, bersumber pada hasil rekapitulasi informasi *pre- test* serta *post- test* pada kelompok penelitian saat sebelum serta sehabis diserahkan perlakuan berbentuk layanan bimbingan kelompok dengan metode *modeling*, ditemui terdapatnya kenaikan uraian anak didik kepada sikap seks berisiko. Perihal ini nampak dari kenaikan rata-rata skor dari 64,06 menjadi 93,26, yang menunjukkan peningkatan sebesar 29,2 poin setelah lima kali pertemuan. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa pemberian bimbingan kelompok dengan teknik modeling mempengaruhi kepada uraian anak didik. Sementara itu, kelompok kontrol menunjukkan peningkatan rata-rata skor *pre-test* dan *post-test* dari 63,8 menjadi 73,53, dengan kenaikan sebesar 9,73 poin. Perbedaan ini menunjukkan bahwa pemahaman perilaku seks berisiko pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih besar dibanding dengan kelompok pengawasan sehabis diserahkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modelling*.

**F. PENUTUP**

Bersumber pada hasil serta informasi penelitian meyakinkan kalau bimbingan kelompok dengan teknik *modeling* mempengaruhi kepada kenaikan uraian perilaku seks berisiko siswa. Pengaruh tersebut terjadi karena siswa dapat teredukasi tentang pentingnya pendidikan seks, komunikasi dan tanggung jawab serta dapat menguasai poin ulasan kala cara treatment yang dicoba sepanjang 5 kali. *Treatment* dicoba 5 kali eksperiment berbentuk layanan bimbingan kelompok dengan teknik *modeling*.

**G. DAFTAR RUJUKAN**

- Asmidar, A., Yudha, E. S., & Suherman, S. 2023. "Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Perilaku Seksual Sehat Remaja". Jurnal Fokus Konseling. Vol. 2. No. 1
- Elita, Y., & Mishbahuddin, A. 2022. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Pemahaman Perilaku Seks Pranikah Siswa Kelas XI NKPI (Nautika Kapal Penangkap Ikan) 1 SMK Negeri 4 Kota Bengkulu". Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling. Vol.5. No.1
- Huwae, A. (2022). Penerapan Solution Focused Brief Counseling Untuk Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Perilaku Seksual Berisiko. Karya Kesehatan Siwalima. Vol. 2. No. 1.
- Ismanto, H. S. (2022). "Konseling Islami untuk Perilaku SEX Berisiko". Indonesian Journal of Guidance and Counseling. Vol. 6. No. 1.
- Kinsey et al (2019). Buku ajar kesehatan reproduksi modul kesehatan reproduksi remaja. *Wineka Medika*. [http://eprints.undip.ac.id/38840/1/Kesehatan Mental.pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/Kesehatan%20Mental.pdf).
- Mahmudah, M., Yaunin, Y., & Lestari, Y. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja di Kota Padang. Jurnal Kesehatan Andalas. Vol. 5. No. 1.
- Nurhalimah, S. (2013). "Penerapan layanan informasi bimbingan pribadi untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai dampak perilaku seks bebas

di SMAN 1 Sugihwaras Bojonegoro". (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).