

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Konsep Kesehatan Remaja

a. Pengertian Kesehatan

Kesehatan yaitu kebutuhan dasar sekaligus juga merupakan hak asasi manusia, sehat merupakan suatu keadaan yang sejahtera, bukan hanya saja terbebas dari momok penyakit atau kecacatan. Remaja juga tergabung pada kelompok masyarakat yang selalu terlihat sehat. Permasalahan kesehatan adalah masalah yang kompleks dari berbagai aspek yang dapat dilihat seperti ketidaktahuan dan kesalahpahaman akan penyakit yang diderita. (Nurmala, dkk., 2020).

Menurut WHO (dalam Nangi, dkk., 2019) kesehatan adalah tidak merasakan sakit akan penyakit dan secara klinis tidak sakit, tidak ada gangguan kesehatan fisik, mental maupun sosial. Menurut Paplau (dalam Swarjana, 2017) dikatakan sehat adalah proses aktif kepribadian manusia lebih ke arah pribadi yang produktif dan bersosialisasi.

b. Pengertian Remaja

Remaja adalah aset berharga negara, sang penerus generasi serta tumpuan harapan yang akan meneruskan cita-cita bangsa menuju Indonesia yang bermartabat maju. Kelompok remaja dikatakan juga sumber utama dalam sumber daya

manusia bagi kualitas bangsa di masa depan. Remaja yang bermutu memegang peranan sangat penting dalam mencapai kelangsungan hidup serta keberhasilan tujuan pembangunan nasional anak bangsa, sehingga perlu mendapat perhatian yang sangat serius untuk meningkatkan kualitas penerus kehidupan bangsa Indonesia.

Remaja secara fisik, remaja dikatakan telah matang dalam menghadapi problem akan tetapi secara, mental belum dewasa. Beberapa sifat-sifat remaja yang menyebabkan tingginya risiko, misalnya rasa keingintahuan yang besar akan tetapi kurangnya pertimbangan selalu saja nekat terjun ke dunia baru untuk menemukan kepribadian. apabila tidak diberikan data yang benar atau administrasi kesehatan remaja maka perilaku remaja seringkali mengarah pada perilaku negatif. Diperlukan program untuk remaja yang melibatkan remaja secara langsung agar dapat mengidentifikasi kebutuhan remaja untuk pelaksanaan program kesehatan remaja. Ada tiga risiko yang sering dihadapi remaja yaitu risiko yang selalu berkaitan dengan seksualitas, kehamilan yang tidak diinginkan, aborsi janin, dan tertular penyakit menular seksual. (Siswantara, dkk., 2019).

Kesehatan edukasi reproduksi bagi remaja merupakan suatu hal yang diperlukan sebagai upaya menghindari kekerasan dan penyimpangan seksual berdasarkan gender remaja. kurangnya pendidikan yang diperoleh mengenai hal-hal yang

berkaitan dengan reproduksi yang dapat memicu munculnya hal-hal yang tidak diinginkan, yaitu seks bebas sebelum menikah, kekerasan seksual dan penyimpangan perilaku. Institusi juga diharapkan sebagai wadah yang tepat sasaran dalam menampung pemahaman kesehatan reproduksi remaja yang tepat, diantara itu peranan orang tua dan keluarga sangat penting bagi remaja. Remaja sangat diharapkan untuk masa depan bangsa karenanya, perlu untuk persiapan sebagai remaja sehat jasmaniah, rohani, sehat mental dan spiritual. Pendidikan kesehatan satu kesatuan yang tidak terlepas dari program kesehatan, termasuk upaya kesehatan perorangan dan upaya kesehatan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat dan berpartisipasi aktif dalam upaya kesehatan. Kesehatan memiliki kualitas membantu dan memberdayakan masyarakat sehingga mereka dapat menangani masalah kesehatan secara maksimal. Tingkat pengetahuan berpotensi berdampak pada perilaku seksual di kalangan remaja. Siswa yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi dapat memahami perilaku seksual dengan baik, sedangkan siswa yang memiliki tingkat pengetahuan rendah juga memiliki pemahaman perilaku seksual yang kurang baik. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku seksual pranikah. (Rochim dkk., 2019).

c. Faktor-Faktor yang mempengaruhi Kesehatan Remaja

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan remaja dan paling yang menjadi masalah, ada dikarakteristik remaja itu sendiri seperti emosi yang tinggi, kurang pergaulan, sikap yang membantah, senang bereksplorasi suatu hal yang baru, dan menyukai berkelompok, kecelakaan kendaraan, kehamilan diluar nikah remaja, penyakit menular seksual, dan mengkonsumsi makanan yang buruk. Ada kriteria kesehatan optimal bagi remaja meliputi kesehatan fisik, mental, dan sosial. (Nurmala, dkk., 2020) :

1) Kesehatan fisik

Berbagai macam definisi mengenai kesehatan fisik bukan hanya gaya hidup individu yang mempengaruhi kesehatan fisik dengan berolahraga minimal 3 kali seminggu, mengkonsumsi buah dan sayur serta asupan gizi yang seimbang, dan tindakan untuk mencegah penyakit yang kronis. Kesehatan fisik juga merupakan daya berpikir secara logis positif dengan memperoleh prestasi akademik, dapat bergerak aktif secara normal berhubungan dengan kesehatan fisik, remaja sering kali tidak memperhatikan kesehatannya dengan baik seperti, aktivitas fisik yang kurang, tubuh yang tidak ideal atau obesitas, terbiasa dengan makan-makanan tidak bergizi, tidur larut malam, dan merokok sejak remaja. (Nurmala, dkk., 2020).

2) Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah kondisi seseorang menyadari akan kemampuan untuk menghadapi tekanan hidupnya. Remaja kelompok yang rentan dalam kesehatan mental karena pada masa remaja proses kanak-kanak menjadi dewasa dengan mereka mencari jati diri dan banyak mempertanyakan hal yang dilalui suka maupun duka. Mental yang baik akan membawa kesehatan fisik pula, kesehatan mental mendasar bagi manusia berpikir, berekspresi serta berinteraksi, dapat menangani stress dalam kehidupan sehari-hari, bekerja dengan produktif, jika seseorang tidak dapat melakukan hal-hal tersebut, kemungkinan remaja akan mengalami gangguan mental, agar remaja memperoleh informasi yang cukup untuk menjawab pertanyaan yang dimiliki dan dapat bantuan untuk berproses mencari jati diri, remaja tidak akan stress, mental remaja tidak akan membuat persepsi yang keliru, pelupa maupun intelektual yang lemah serta perilaku yang menyimpang dari norma yang berlaku di masyarakat. (Nurmala, dkk., 2020).

3) Kesehatan Sosial

Dalam kategori usia remaja, remaja membutuhkan orang lain di pergaulannya, kelompok sosial remaja yang berperan langsung adalah keluarga, sekolah, maupun komunitas, interaksi pertama remaja biasanya dilakukan oleh

teman sebaya yang bertemu di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah, dalam hal ini remaja mengandalkan teman sebayanya untuk memperoleh informasi mengenai masalah yang berkaitan dengan kesehatan fisik, mental, dan sosial yang membuat ikatan yang erat antar remaja dengan teman sebaya melalui intensitas waktu yang dihabiskan bersama untuk bertukar pengalaman. Maka dari itu hal tersebut sangat diperlukan untuk penguatan sosial dan penguatan adaptasi remaja terhadap sosialnya sebagai upaya peningkatan kesehatan remaja. (Nurmala, dkk., 2020).

2. Konsep Sex Bebas

a. Pengertian Sex Bebas

Menurut Lickona (dalam Putri, 2019). Seks bebas merupakan sesuatu hal perilaku dengan hasrat seksualitas, dengan lawan jenis dan sesama jenisnya. Seks bebas adalah perbuatan yang keji zina yakni seks bebas adalah seks yang dilakukan antar jenis kelamin lain tanpa ada ikatan perkawinan.

Menurut Rahman (dalam Putri, 2019). Sex bebas juga dapat didefinisikan dengan permasalahan perilaku yang ada kaitannya dengan norma dan nilai di masyarakat sosial. Kecenderungan individu berperilaku dilihat dari sikapnya terhadap objek (hal ini berkaitan dengan sikap remaja berperilaku sex bebas remaja). Sikap remaja dengan perilaku seks bebas

yakni cara remaja bersikap, baik berupa sikap yang positif ataupun sikap negatif terhadap perilaku seks bebas.

Fase remaja untuk memulai hubungan baru yang lebih serius dengan lawan jenis, rasa ingin tahu tentang masalah seksual sangatlah penting. Remaja seharusnya tidak perlu mencari sumber informasi dari orang lain atau sumber yang tidak jelas, ketika mereka belajar tentang masalah seksual. Dalam menyampaikan informasi masalah seksual remaja karena mereka terkait dengan dorongan seksual yang dipengaruhi oleh hormon aktif dan seringkali tidak memiliki informasi yang cukup tentang aktivitas seksual remaja mereka, berada dalam potensi seksual yang sangat aktif. Jiwa remaja akan berada dalam bahaya besar jika tidak memiliki informasi yang benar dan terpercaya. Faktanya adalah bahwa remaja tidak memiliki gambaran yang jelas tentang detail rumit dari efek yang terjadi dari perilaku yang mereka lakukan, seringkali remaja belum dewasa untuk berhubungan seks, selain itu mereka harus menanggung risiko ini yaitu hubungan seksual. (Sari, dkk., 2018).

Menurut Angelina & Mutelessy (dalam Putri, 2019). Penyebab seks bebas adalah tidak adanya kehidupan psikis dari keluarga yang sangat berpengaruh bagi kesehatan remaja karena tidak adanya dukungan ataupun peran mengayomi remaja dari orang tua yang seharusnya dapat menjadi panutan

akan kelangsungan seksualitas dengan makna dan nilai yang mampu membentuk remaja mengerti akan bahayanya seks bebas di usia remaja.

b. Dampak seks bebas

Menurut Manurung (dalam Februanty, dkk., 2017). Dampak yang akan terjadi apabila melakukan sex bebas bagi kesehatan remaja adalah dapat beresiko tertularnya penyakit kelamin dan HIV/AIDS, gangguan kesuburan pria/wanita, kanker rahim, cacat permanen, terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, hingga tindakan aborsi yang dapat menyebabkan kemandulan bahkan kematian remaja. Untuk itu perempuan yang berusia dibawah usia 17 tahun yang pernah berhubungan seks bebas sangat beresiko sekali terkena penyakit kanker serviks. Sedangkan dampak psikologis dari seks bebas yang sering kali terlupakan ketika melakukan seks bebas adalah akan selalu muncul perasaan bersalah malu, marah, sedih,depressi, stress serta membenci dirinya sendiri, dan lain-lainnya.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi sex bebas

Menurut Susanti & Widyoningsih, 2019. Seks bebas remaja juga dipengaruhi oleh faktor sebagai berikut:

- 1) Faktor internal: remaja mengalami perubahan hasrat seksual yang meningkatkan nafsu seksual terhadap pasangannya menyalurkan dalam bentuk perilaku atau tingkah laku

- 2) Faktor eksternal: remaja sering kali cenderung banyak memberikan pengaruh buruk antar lingkungan pergaulannya, seperti *eksposure* media pornografi sampai melakukan seks bebas

d. Mencegah pergaulan sex bebas

Tingkatkan selain pendidikan yang berfokus pada membentuk karakteristik remaja, pendidikan tentang gender mengantisipasi pergaulan bebas di kalangan remaja muda. Orientasi sekolah tidak boleh dikacaukan sebagai usaha perempuan untuk marah kepada laki-laki. Tapi bagaimana perempuan memperoleh hak yang sama secara non-alamiah. Yang dalam jangka panjang dapat lebih mengembangkan pelayanan, keamanan dan pendampingan pemerintah terhadap individu, perempuan yang paling konsisten dari waktu ke waktu karena banyak sekali akibat dari kenakalan remaja. (Kristianingrum, 2017). Adapun upaya pencegahan seks bebas yaitu, sebagai berikut :

- 1) Mampu mengendalikan gejolak atau hasrat seks yang besar.
- 2) Meningkatkan kualitas keimanan kepada Tuhan.
- 3) Mengupayakan mengenal diri sendiri dan menanamkan rasa kepercayaan pada diri dengan cara mengidentifikasi minat, bakat potensi untuk menyalurkan ke dalam aktivitas positif dalam mengisi waktu luang.

- 4) Memiliki lingkungan pertemanan atau pergaulan yang positif. Menyaring berbagai informasi baik maupun buruk, yang masuk dengan benar.
- 5) Menghindari hal-hal yang berkaitan dengan seks seperti film-film porno, cerita porno, dan lain-lain.

B. Penelitian Terkait

1. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2019) dengan judul “ Studi Deskriptif tentang Pola Asuh Otoritatif, Kontrol Diri dan Sikap Remaja terhadap Perilaku Seks Bebas” persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang Seks bebas pada remaja, penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Stabet Kabupaten Langkat, Provinsi Sumatera Utara Tahun Ajaran 2014/2016. Desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif; analisis data penelitian dilakukan dengan mean hipotetic. Dengan populasi 303 siswa/siswi dan jumlah sampel sebanyak 172 siswa/siswi, sampel didapat dengan cara *proportional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pola asuh otoritatif yang diterapkan oleh orang tua dalam kategori cukup memadai, kontrol diri remaja berada dalam kategori cukup, sikap remaja terhadap seks bebas adalah dalam kategori cukup ditolak.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Susanti & Widyoningsih (2019) dengan judul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap Remaja tentang Seks Bebas” persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang remaja dan seks bebas, penelitian ini dilakukan di

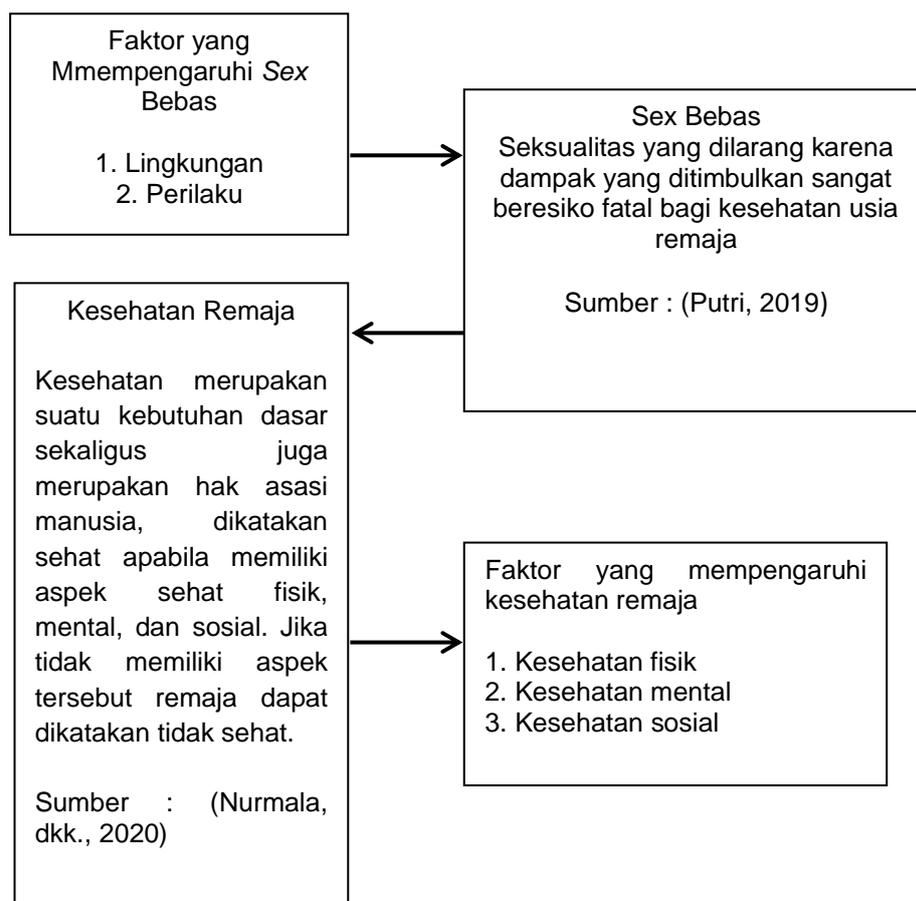
SMPN 3 Cilacap. Metode Penelitian ini menggunakan *deskriptif analitik* dengan desain *cross sectional* melalui survei dan teknik sampling penelitian ini dengan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 43 responden dengan analisis *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh karakteristik remaja (kondisi rumah tangga orang tua dengan nilai p 0.868, status pacaran dengan nilai p 0.646 dan tempat tinggal) dengan sikap remaja tentang seks bebas dengan nilai p 0.599.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Siswantara, Soedirham, Muthamainnah (2019) dengan judul "Remaja Sebagai Penggerak Utama dalam Implementasi Program Kesehatan Remaja". Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang kesehatan remaja, penelitian ini dilakukan di Kota Surabaya dengan remaja sekolah dan diluar sekolah. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan subjek terdiri dari 2 kelompok yaitu kelompok *peer educator* dan kelompok *user*. Pengumpulan data diperoleh dengan langsung menggunakan teknik wawancara mendalam dan *focus group discussion* pada wilayah sekolah terpilih dan populasi remaja yang berada di kota surabaya. Adapun rancangan di penelitian dengan menggunakan pendekatan *tool* analisis pemetaan diadopsi dari Lusidus Consulting, Ltd. dan model klasifikasi Stakeholder. Hasil penelitian menunjukkan adanya keterlibatan kelompok pendidik sebaya tetapi mereka masih pasif karena jobdesk hanya dalam program tahap implementasi.

Berikutnya program, kelompok sebaya akan terlibat dalam perencanaan program. Selagi keterlibatan masyarakat dan pengembara remaja juga masih pasif, bahkan belum memaparkan program. Remaja program kesehatan harus melibatkan remaja dari berbagai latar belakang ditatanan dapat diterapkan berdasarkan kebutuhan remaja. Harapan remaja bisa terlibat mulai dari perencanaan program hingga evaluasi karena remaja adalah target dari program kesehatan remaja

C. Kerangka Teori Penelitian

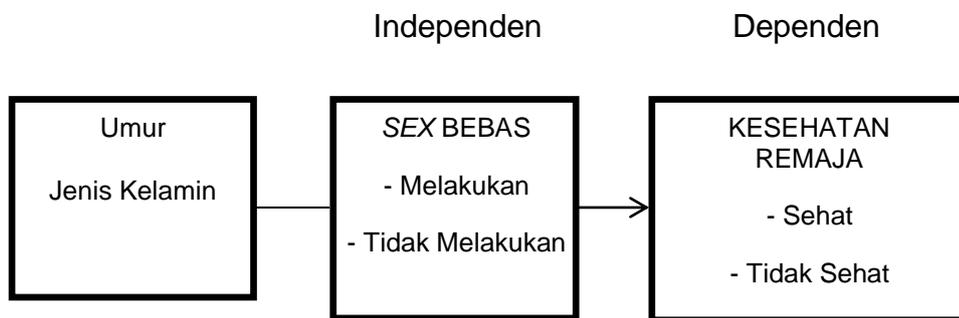
Menurut Donsu (2017) sistem yang didapat bergantung pada hipotesis esensial pemikiran sebagai seorang spesialis. Melalui buku, jurnal, atau sumber data lainnya, teori fundamental. Kerangka teori dapat berupa diagram, bagan, atau tabel, serta kalimat dalam beberapa kasus. mendorong hipotesis yang digunakan dalam fokus.



Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian

D. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep lainnya, atau antara variabel yang satu terhadap variabel yang lain dari masalah yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2018).



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

Keterangan :

————— : Variabel yang diteliti

—————> : Arah hubungan variabel independen dan dependen

..... : Variabel yang tidak diteliti

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam sebuah penelitian merupakan jawaban sementara dari hubungan dua variabel atau lebih (Hikmawati, 2020). Hipotesis akan dirumuskan berdasarkan kesimpulan atau teori sementara, dikatakan sementara karena yang diberikan baru jawaban didasarkan oleh teori yang relevan dan belum diperoleh dengan mengumpulkan data-data fakta yang empiris. Hipotesis yang akan

dirumuskan ada dua yaitu pertama hipotesis nol yang menyatakan adanya hubungan atau pengaruh dalam variabel sama dengan nol dan untuk hipotesis alternatif yang menyatakan adanya perbedaan hubungan dalam variabel tidak sama dengan nol. Maka dari itu hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hipotesis Nol (H_0) : Tidak ada hubungan antara sex bebas dengan kesehatan remaja di MAN 2 Kutai Kartanegara.
2. Hipotesis Alternatif (H_a) : Ada hubungan antara sex Bebas dengan kesehatan remaja di MAN 2 Kutai Kartanegara.