

## PENYULUHAN KESEHATAN SEX KEPADA ORANG MUDA KATOLIK (OMK) GEREJA KATOLIK KRISTUS RAJA MEDAN

Meldawati<sup>1</sup>, Rilie Ritonga<sup>2</sup>, Guntur Fazwat<sup>3</sup>, Lili Syarief Hidayatsyah<sup>4</sup>  
<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Imelda Medan, Indonesia

### Info Artikel

#### Riwayat Artikel:

Diterima, 6 Mei 2026

Direvisi, 20 Mei 2026

Diterima, 30 Mei 2026

#### Kata Kunci:

Kesehatan Seksual

Orang Muda Katolik

Penyuluhan

Nilai Iman

Gereja Katolik Kristus Raja Medan

### ABSTRAK

Kesehatan seksual merupakan bagian penting dari kesehatan dan kesejahteraan manusia secara keseluruhan, yang tidak hanya berkaitan dengan aspek fisik, tetapi juga mental, sosial, dan spiritual. Bagi kaum muda, masa remaja hingga dewasa muda adalah periode pertumbuhan dan penemuan diri yang sering kali disertai dengan pertanyaan, keraguan, dan tantangan terkait hal ini. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang benar, lengkap, dan sesuai dengan nilai-nilai ajaran Gereja Katolik mengenai kesehatan seksual kepada orang muda di Gereja Katolik Kristus Raja Medan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan melalui ceramah, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab. Kegiatan diikuti oleh 45 orang muda berusia 15–25 tahun. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai anatomi tubuh, perubahan biologis masa remaja, pencegahan penyakit menular seksual, serta pemahaman tentang nilai kesucian, tanggung jawab, dan penghormatan terhadap diri sendiri dan orang lain dalam konteks hubungan manusia. Peserta juga menyatakan bahwa kegiatan ini membantu mereka menjawab keraguan yang selama ini mereka miliki dan memberikan panduan yang jelas serta sesuai dengan iman mereka. Diharapkan kegiatan serupa dapat diadakan secara berkala untuk terus mendampingi pertumbuhan dan perkembangan kaum muda dalam aspek kesehatan seksual yang sehat dan bertanggung jawab.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*



### Corresponding Author:

Meldawati,

Fakultas Kedokteran,

Universitas Imelda Medan,

Jl. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayan Darat I Kecamatan Medan Timur, Medan - Sumatera Utara.

Email: drso.melda@gmail.com

## 1. PENDAHULUAN

Kaum muda merupakan kelompok masyarakat yang memiliki peran strategis sebagai penerus bangsa dan pembawa nilai-nilai iman di masa depan. Namun, dalam perjalanannya menuju kedewasaan, kaum muda sering kali dihadapkan pada berbagai informasi mengenai seksualitas yang beragam, bahkan tidak jarang yang tidak akurat atau bertentangan dengan nilai-nilai moral dan agama. Informasi yang tidak tepat dapat

menyebabkan kesalahpahaman, perilaku yang berisiko, serta dampak negatif bagi kesehatan fisik dan mental mereka (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Remaja merupakan kelompok penting dalam pembangunan kesehatan karena berada pada fase transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada fase ini, remaja mengalami perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional yang cepat. Di Indonesia, kelompok usia 10 sampai 19 tahun berjumlah lebih dari 44 juta orang atau sekitar 16% dari total penduduk pada tahun 2023. Jumlah ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan seksual pada remaja bukan hanya kebutuhan individu, tetapi juga kebutuhan sosial dan kesehatan masyarakat (UNICEF Indonesia, 2026).

Namun, remaja sering menghadapi hambatan dalam memperoleh informasi kesehatan seksual yang benar. Hambatan tersebut meliputi rasa malu untuk bertanya, anggapan bahwa pembicaraan tentang seksualitas adalah hal tabu, kurangnya komunikasi terbuka dengan orang tua, serta dominannya informasi dari teman sebaya dan media digital. Kondisi ini berisiko membuat remaja memperoleh informasi yang tidak utuh, tidak ilmiah, atau tidak sesuai dengan nilai moral yang dianut. Masalah ini juga terlihat dalam data nasional. SDKI 2017 menunjukkan bahwa remaja Indonesia belum sepenuhnya memahami aspek dasar kesehatan reproduksi. Hanya 33% remaja perempuan dan 37% remaja laki-laki belum kawin usia 15 sampai 24 tahun yang mengetahui dengan benar masa subur perempuan. Artinya, sebagian besar remaja sudah pernah mendengar informasi tentang kesehatan reproduksi, tetapi belum tentu memahami konsep dasarnya secara tepat (BKKBN, 2018).

Selain itu, pengetahuan remaja tentang tempat memperoleh informasi dan konseling kesehatan reproduksi masih rendah. SDKI 2017 mencatat hanya 12% remaja perempuan dan 6% remaja laki-laki yang mengetahui tempat sumber informasi kesehatan reproduksi. Data ini menunjukkan bahwa tantangan utama bukan hanya kurangnya informasi, tetapi juga kurangnya akses remaja terhadap sumber informasi yang aman, terpercaya, dan ramah remaja (BKKBN, 2018).

Jika dibandingkan dengan data nasional, hasil kegiatan penyuluhan pada OMK Gereja Katolik Kristus Raja Medan menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis komunitas memiliki potensi positif. Sebanyak 89% peserta menyatakan memperoleh informasi baru. Angka ini menunjukkan bahwa meskipun peserta aktif dalam komunitas gereja, mereka tetap membutuhkan informasi kesehatan seksual yang lebih jelas dan terarah.

Di tingkat Internasional, WHO menjelaskan bahwa pendidikan seksualitas komprehensif bertujuan meningkatkan pengetahuan, memperbaiki kesalahpahaman, dan membantu remaja membuat keputusan yang sehat. WHO juga menegaskan bahwa pendidikan seksualitas yang berkualitas tidak meningkatkan aktivitas seksual dini. Sebaliknya, pendidikan yang baik dapat menunda inisiasi seksual, mengurangi perilaku seksual berisiko, dan meningkatkan penggunaan kontrasepsi pada remaja yang sudah aktif secara seksual (World Health Organization, 2026).

UNESCO juga menyatakan bahwa pendidikan seksualitas dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan reproduksi. Program yang hanya menekankan abstinensi tanpa informasi kesehatan reproduksi yang luas dinilai kurang efektif. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan seksual perlu mencakup tubuh, pubertas, relasi sehat, persetujuan, pencegahan infeksi menular seksual, kehamilan, nilai tanggung jawab, serta keterampilan mengambil keputusan (UNESCO, 2026).

Dalam ajaran Gereja Katolik, seksualitas dipandang sebagai anugerah Tuhan yang indah dan sakral, yang memiliki makna mendalam dalam hubungan antarmanusia dan dalam rencana penciptaan Tuhan. Seksualitas bukan hanya sekadar aspek biologis, tetapi

juga berkaitan dengan martabat manusia, cinta kasih, tanggung jawab, dan kesetiaan. Oleh karena itu, pemahaman yang benar mengenai kesehatan seksual sangat penting agar kaum muda dapat menghayati anugerah tersebut dengan cara yang sesuai dengan kehendak Tuhan dan demi kesejahteraan diri sendiri serta orang lain (Kongregasi untuk Pendidikan Katolik, 2019).

Gereja Katolik Kristus Raja Medan memiliki jumlah anggota orang muda yang cukup besar. Berdasarkan pengamatan dan masukan dari pembina kelompok orang muda, banyak dari mereka yang masih memiliki pertanyaan dan keraguan terkait kesehatan seksual, namun merasa ragu untuk bertanya atau mencari informasi di tempat yang tepat. Hal ini menjadi alasan utama diadakannya kegiatan penyuluhan kesehatan seksual ini, untuk memberikan ruang yang aman, terbuka, dan mendidik guna memenuhi kebutuhan pengetahuan mereka (Lembaga Pastoral Remaja dan Orang Muda Keuskupan Medan, 2021). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang benar, lengkap, dan sesuai dengan nilai-nilai ajaran Gereja Katolik mengenai kesehatan seksual kepada orang muda di Gereja Katolik Kristus Raja Medan.

## **2. Metode Pelaksanaan**

### **Waktu dan Tempat**

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 15 Maret 2026 di Aula M.Simon Gereja Katolik Kristus Raja Medan. Acara berlangsung dari pukul 09.00 hingga 13.00 WIB.

### **Sasaran**

Sasaran kegiatan adalah orang muda anggota Gereja Katolik Kristus Raja Medan yang berusia antara 15 hingga 25 tahun, dengan jumlah peserta sebanyak 45 orang.

### **Narasumber**

Narasumber yang diundang terdiri dari dua orang, yaitu:

1. Tenaga kesehatan (dokter umum) yang memiliki pengetahuan luas mengenai kesehatan reproduksi dan seksual.
2. Pastor Pembina atau ahli teologi yang memahami pandangan Gereja Katolik mengenai seksualitas dan moralitas.

### **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan dan metode sebagai berikut:

#### **1. Penyampaian Materi (Ceramah)**

Materi disampaikan secara bergantian oleh narasumber dengan pembagian topik sebagai berikut:

- a. Bagian pertama membahas aspek kesehatan: anatomi tubuh, perubahan biologis pada masa remaja, fungsi sistem reproduksi, cara menjaga kesehatan reproduksi, dan pencegahan penyakit menular seksual.
- b. Bagian kedua membahas aspek iman dan moral: pandangan Gereja Katolik tentang seksualitas, makna kesucian dan kesetiaan, nilai penghormatan terhadap diri sendiri dan orang lain, serta tanggung jawab dalam hubungan.

#### **2. Diskusi Kelompok**

Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok kecil (5–6 orang) untuk mendiskusikan topik-topik yang telah disampaikan, serta berbagi pendapat dan pengalaman terkait tantangan yang mereka hadapi sehari-hari. Setiap kelompok dipimpin oleh seorang fasilitator yang ditunjuk.

### 3. Sesi Tanya Jawab

Setelah diskusi kelompok, setiap kelompok mengajukan pertanyaan atau hal-hal yang ingin diketahui lebih lanjut kepada narasumber. Narasumber menjawab pertanyaan dengan jelas, terbuka, dan sesuai dengan bidang keahliannya.

### 4. Evaluasi

Di akhir kegiatan, peserta diminta mengisi lembar evaluasi sederhana yang berisi pertanyaan mengenai pemahaman mereka sebelum dan sesudah kegiatan, serta masukan untuk perbaikan kegiatan serupa di masa mendatang.

## 3. HASIL DAN ANALISIS

### Karakteristik Peserta

Dari 45 peserta yang hadir, terbagi berdasarkan usia: 15–17 tahun sebanyak 18 orang, 18–20 tahun sebanyak 15 orang, dan 21–25 tahun sebanyak 12 orang. Sebagian besar peserta aktif terlibat dalam berbagai kegiatan di lingkungan gereja, seperti kelompok doa, paduan suara, dan pelayanan lainnya.

### Tingkat Pengetahuan Peserta (Notoatmodjo, 2020)

Berdasarkan hasil evaluasi sebelum kegiatan, sebagian besar peserta hanya memiliki pengetahuan dasar mengenai kesehatan seksual yang diperoleh dari lingkungan sekitar, teman sebaya, atau media sosial. Pengetahuan mereka mengenai pandangan Gereja Katolik tentang hal ini masih sangat terbatas, dan banyak yang menganggap bahwa ajaran gereja terlalu ketat atau tidak sesuai dengan zaman.

Setelah mengikuti kegiatan, terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan. Sebanyak 89% peserta menyatakan bahwa mereka mendapatkan informasi baru yang belum pernah mereka ketahui sebelumnya. Mereka memahami bahwa kesehatan seksual bukan hanya masalah fisik, tetapi juga berkaitan dengan aspek rohani dan sosial. Mereka juga mulai menyadari bahwa ajaran Gereja Katolik tentang seksualitas sebenarnya bertujuan untuk melindungi dan mengarahkan mereka agar hidup sehat dan bahagia, serta menjaga martabat diri sendiri dan orang lain (Majelis Agung Waligereja Indonesia, 2018).



**Gambar 1. Panitia dan Pembicara**

### Hasil Diskusi dan Pertanyaan

Selama sesi diskusi dan tanya jawab, muncul berbagai pertanyaan yang mencerminkan kekhawatiran dan keraguan peserta, antara lain mengenai hubungan pacaran, batas-batas keintiman, cara menolak ajakan yang tidak pantas, dan cara menjaga kesucian hati dan pikiran di tengah arus informasi yang bebas saat ini. Jawaban dan penjelasan narasumber disambut dengan baik oleh peserta, dan banyak dari mereka

menyatakan merasa lega karena keraguan yang selama ini mereka pendam akhirnya terjawab dengan jelas dan mendidik.

### **Tanggapan Peserta terhadap Kegiatan**

Secara keseluruhan, peserta memberikan tanggapan yang sangat positif terhadap kegiatan ini. Sebanyak 93% peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan mudah dipahami, relevan dengan kebutuhan mereka, dan disampaikan dengan bahasa yang ramah dan tidak menghakimi. Mereka juga mengapresiasi adanya ruang diskusi yang terbuka dan aman, di mana mereka merasa bebas untuk mengungkapkan pendapat dan pertanyaan tanpa rasa takut atau malu. Banyak peserta yang berharap kegiatan serupa dapat diadakan lagi dengan topik yang lebih mendalam atau spesifik.

Hasil kegiatan penyuluhan kepada OMK Gereja Katolik Kristus Raja Medan perlu dipahami dalam konteks yang lebih luas. Remaja Indonesia hidup dalam situasi sosial yang kompleks. Mereka tumbuh di tengah perkembangan teknologi, media sosial, perubahan pola pergaulan, dan arus informasi yang sangat cepat. Di satu sisi, kondisi ini memudahkan remaja memperoleh informasi. Di sisi lain, informasi yang mereka terima tidak selalu benar, lengkap, atau sesuai dengan nilai kesehatan dan moral.

Data UNICEF Indonesia menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok strategis karena jumlahnya besar dan sedang berada pada masa pembentukan identitas diri. Pada masa ini, remaja membutuhkan layanan kesehatan yang tidak hanya kuratif, tetapi juga promotif, preventif, edukatif, dan konseling. UNICEF juga mencatat bahwa sekitar 42% remaja tidak mengetahui adanya layanan khusus remaja, dan hampir 30% tidak mengetahui cara mengakses layanan tersebut (UNICEF Indonesia, 2026).

### **Tantangan Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Seksual**

Tantangan utama dalam pendidikan kesehatan seksual remaja adalah kesenjangan antara keterpaparan informasi dan pemahaman yang benar. SKAP (Survei Kinerja dan Akuntabilitas Program KKBPK) khusus responden Remaja 2019 menunjukkan bahwa 93,14% remaja belum kawin usia 10 sampai 24 tahun pernah mendengar, melihat, atau membaca informasi tentang kesehatan reproduksi remaja. Namun, indeks komposit pengetahuan kesehatan reproduksi remaja hanya sebesar 48,5. Ini berarti banyak remaja sudah terpapar informasi, tetapi tingkat pemahaman mereka masih sedang dan belum merata (BKKBN, 2018)

Kesenjangan ini terlihat lebih jelas pada aspek masa subur. SKAP 2019 mencatat indeks pengetahuan tentang masa subur hanya 19,4, paling rendah dibandingkan aspek lain seperti narkoba dan minuman keras yang mencapai 86,8. Padahal, pemahaman tentang masa subur penting untuk mencegah kesalahpahaman tentang kehamilan, perilaku seksual berisiko, dan tanggung jawab dalam relasi (BKKBN, 2018).

Dengan demikian, penyuluhan kesehatan seksual tidak cukup hanya menyampaikan larangan atau nasihat moral. Penyuluhan perlu menjelaskan tubuh, pubertas, sistem reproduksi, risiko infeksi menular seksual, batas relasi yang sehat, tanggung jawab pribadi, dan nilai penghormatan terhadap diri sendiri. Pendekatan seperti ini sesuai dengan dokumen kegiatan, karena materi yang diberikan mencakup aspek kesehatan, moral, iman, kesucian, tanggung jawab, dan penghormatan terhadap diri sendiri serta orang lain.

## **4. KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan kesehatan seksual kepada orang muda di Gereja Katolik Kristus Raja Medan telah berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan. Kegiatan ini berhasil memberikan pemahaman yang benar, lengkap, dan seimbang

mengenai kesehatan seksual yang mencakup aspek fisik, mental, sosial, dan spiritual. Peserta mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan dan mulai memahami makna seksualitas sebagai anugerah Tuhan yang harus dijaga dan dihayati dengan tanggung jawab serta sesuai dengan nilai-nilai iman.

Kegiatan penyuluhan kesehatan seksual kepada OMK Gereja Katolik Kristus Raja Medan menunjukkan bahwa remaja membutuhkan pendidikan kesehatan seksual yang benar, aman, terbuka, dan sesuai dengan nilai moral yang mereka anut. Data nasional menunjukkan bahwa keterpaparan informasi kesehatan reproduksi pada remaja Indonesia sudah cukup tinggi, tetapi pemahaman yang benar masih belum optimal. Hal ini terlihat dari rendahnya pengetahuan remaja tentang masa subur dan terbatasnya pengetahuan tentang tempat memperoleh informasi kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, penyuluhan berbasis komunitas keagamaan memiliki peran penting. Gereja dapat menjadi ruang edukasi yang aman bagi remaja untuk bertanya dan berdiskusi. Kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkala dengan materi yang lebih terstruktur, seperti pubertas, relasi sehat, batas keintiman, pencegahan infeksi menular seksual, dampak media digital, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Pendekatan ini dapat membantu remaja memahami kesehatan seksual secara utuh, baik dari sisi fisik, mental, sosial, maupun spiritual.

Kegiatan ini juga membuktikan bahwa kaum muda membutuhkan pendampingan dan informasi yang tepat mengenai hal ini, dan gereja memiliki peran yang sangat penting dan strategis dalam menyediakannya. Oleh karena itu, disarankan agar kegiatan serupa diadakan secara berkala dan berkelanjutan, dengan topik yang disesuaikan dengan kebutuhan dan perkembangan zaman, serta melibatkan narasumber yang berkompeten di bidangnya. Hal ini akan membantu kaum muda tumbuh menjadi pribadi yang sehat, utuh, dan mampu memberikan kesaksian iman yang nyata di tengah masyarakat.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Parokus RP Joanes Yandie Buntoro CDD. Pastor RP Yuki Hartandi CDD dan teman teman Panitia dan dokter yang sudah membantu berjalannya kegiatan ini. Semoga Tuhan memberkati kita semua.

### DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN (2018) 'Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: Buku Remaja', Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) [Preprint].
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022) *Pedoman Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kongregasi untuk Pendidikan Katolik (2019) *Pedoman Pendidikan Seksual dalam Pendidikan Katolik*. Vatikan: Penerbit Vatikan.
- Lembaga Pastoral Remaja dan Orang Muda Keuskupan Medan (2021) *Modul Pendampingan Orang Muda*. Medan: Penerbit Keuskupan Medan.
- Majelis Agung Waligereja Indonesia (2018) *Pandangan Gereja Katolik Indonesia tentang Keluarga dan Seksualitas*. Jakarta: Penerbit Obor.
- Notoatmodjo, S. (2020) *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- UNESCO (2026) *Comprehensive sexuality education: For healthy, informed and empowered learners*, [www.unesco.org](http://www.unesco.org). Available at: <https://www.unesco.org/en/health-education/cse> (Accessed: 5 June 2026).
- UNICEF Indonesia (2026) 'Strengthening Adolescent-Friendly Health Services in Community Health Centers (Puskesmas)', *Unicef*, April, pp. 1–10. Available at:

<https://www.unicef.org/indonesia/media/27216/file/adolescent-health-policy-brief.pdf>.  
World Health Organization (2026) *Comprehensive sexuality education, WHO [Internet]*.  
Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/comprehensive-sexuality-education> (Accessed: 5 June 2026).