



Tinjauan Literatur Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Tahun 2020-2025 Berdasarkan *Teori Health Belief Model (HBM)*

Almira Chiara Putri Nusantara^{1*}, Luqman Effendi²

¹⁻² Fakultas Kesehatan Masyarakat, Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

Email: chiaraalmira725@gmail.com¹, luqman1968@gmail.com²

*Penulis Korespondensi: chiaraalmira725@gmail.com

Abstract. *Premarital sexual behavior among adolescents is a reproductive health problem influenced by various internal and external factors. The Health Belief Model (HBM) is used as a framework to understand this behavior, but previous research findings still show varying results. This study aims to analyze the contribution of the Health Belief Model components to premarital sexual behavior among adolescents based on the results of local research for the period 2020-2025. The method used was a literature review of relevant journal articles and scientific papers. The results showed that perceived vulnerability, perceived barriers, self-efficacy, and external cues to action such as media exposure and peer influence were variables that were consistently related to the main/dominant predictors of external cues to action, while perceived severity and perceived benefits showed inconsistent relationships. This study confirms that adolescent premarital sexual behavior is influenced by the interaction between cognitive, psychosocial, and environmental factors, thus requiring comprehensive and contextual reproductive health interventions.*

Keywords: *Adolescent Beliefs; Adolescents; Health Belief Model; Literature review; Sexual Behavior.*

Abstrak. Perilaku seks pranikah pada remaja merupakan permasalahan Kesehatan reproduksi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Health Belief Model (HBM) digunakan sebagai kerangka untuk memahami perilaku tersebut, namun temuan penelitian sebelumnya masih menunjukkan hasil yang bervariasi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi komponen Health Belief Model terhadap perilaku seks pranikah pada remaja berdasarkan hasil penelitian lokal periode 2020-2025. Metode yang digunakan adalah kajian literatur terhadap artikel jurnal dan karya ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa *perceived susceptibility*, *perceived barriers*, *self-efficacy*, serta isyarat bertindak eksternal seperti paparan media dan pengaruh teman sebaya merupakan variabel yang konsisten berhubungan dengan prediktor utama/dominan dari isyarat bertindak eksternal, sementara *perceived severity* dan *perceived benefits* menunjukan hubungan yang tidak konsisten. Kajian ini menegaskan bahwa perilaku seks pranikah remaja dipengaruhi oleh interaksi antara kognitif, psikososial, dan lingkungan sehingga diperlukan intervensi Kesehatan reproduksi yang komprehensif dan kontekstual.

Kata kunci: Health Belief Model; Kajian literatur; Keyakinan Remaja; Remaja; Seks Pranikah.

1. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan tahap perkembangan penting yang sarat dengan perubahan signifikan, baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Transisi ini, terutama dengan munculnya dorongan seksual menempatkan remaja pada titik kerentanan tinggi terhadap perilaku berisiko seperti seksual, menempatkan remaja pada titik kerentanan tinggi terhadap perilaku berisiko seperti perilaku seksual pranikah (PSP)

Perilaku seks pranikah merupakan fenomena global yang terjadi pada remaja dan dewasa muda dengan prevalensi yang bervariasi antar negara. Secara internasional, berbagai penelitian menunjukkan bahwa di negara maju seperti Amerika Serikat dan Eropa, lebih dari setengah remaja usia akhir telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Sementara itu, di negara berkembang, prevalensi cenderung lebih rendah, namun menunjukkan tren

peningkatan akibat pengaruh globalisasi, perubahan norma sosial, paparan media, serta terbatasnya Pendidikan Kesehatan reproduksi. (Jing *et al.*, 2023; WHO, 2018)

Di Indonesia, data nasional menunjukkan angka perilaku seks pranikah yang relative lebih rendah dibandingkan negara barat. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017, sekkitar 8% remaja laki-laki dan 2% remaja perempuan usia 15-24 tahun melaporkan pernah melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Perbedaan ini dipengaruhi oleh faktor budaya, norma sosial, dan kemungkinan underreporting terutama pada remaja perempuan. Meskipun angkanya terlihat kecil, fenomena ini tetap menjadi perhatian karena berisiko menimbulkan dampak Kesehatan seperti kehamilan yang tidak diinginkan dan infeksi menular seksual.

Tingginya angka perilaku seks pranikah (PSP) di Indonesia masih menjadi perhatian serius karena berpotensi menimbulkan berbagai dampak Kesehatan, seperti meningkatkan risiko penyakit menular seksual (PMS), HIV/AIDS, serta kehamilan yang tidak diinginkan (KTD). Data nasional dan hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja yang terlibat dalam perilaku seksual berisiko memiliki kemungkinan besar mengalami masalah Kesehatan reproduksi maupun psikososial dibandingkan dengan remaja yang tidak melakukan perilaku tersebut. (BKKBN, BPS, 2017; Wahyuni and Fahmi, 2017)

Temuan tersebut sejalan dengan hasil berbagai penelitian lokal di Indonesia yang menunjukkan bahwa perilaku seks pranikah pada remaja umumnya dipengaruhi oleh interaksi faktor eksternal dan internal. Penelitian lokal menegaskan bahwa pengaruh teman sebaya, paparan media digital dan pornografi, serta lemahnya pengawasan dan komunikasi orang tua merupakan pemicu risiko yang dominan, sementara faktor internal seperti self-efficacy dan hambatan yang dirasakan berperan sebagai faktor protektif. Kondisi ini menempatkan remaja pada posisi rentan terhadap konsekuensi Kesehatan akibat perilaku seksual berisiko, termasuk peningkatan risiko penyakit menular seksual, HIV/AIDS, dan kehamilan tidak diinginkan, sebagaimana di laporkan dalam berbagai studi nasional lokal di Indonesia.

Kondisi ini menunjukkan bahwa keterlibatan remaja dalam perilaku seks pranikah tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang membentuk persepsi dan pengambilan keputusan remaja. Hasil penelitian lokal di Indonesia mengungkapkan bahwa pengaruh teman sebaya, paparan media digital dan konten pornografi, serta kurangnya komunikasi dan pengawasan orang tua berperan dalam mendorong perilaku seksual berisiko pada remaja. Selain itu, faktor internal seperti rendahnya persepsi kerentanan dan keseriusan terhadap risiko Kesehatan, serta lemahnya keyakinan diri (self-efficacy), turut memngaruhi remaja untuk tetap melakukan perilaku seks pranikah meskipun telah mengetahui dampak

negatifnya.(Suwarni and Selviana, 2015;Maulana, 2022)

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa perilaku seks pranikah pada remaja berkaitan erat dengan persepsi dan keyakinan individu dalam menilai risikoserta manfaat suatu perilaku Kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan teoritis yang mampu menjelaskan bagaimana oleh persepsi individu mengenai kerentanan (*perceived susceptibility*), tingkat keseriusan dampak (*perceived severity*), manfaat pencegahan (*perceived benefits*), hambatan yang di rasakan (*perceived barriers*), isyarat untuk bertindak (*cues to action*), serta keyakinan diri (*self-efficacy*) berperan dalam membentuk perilaku seksual remaja. Salah satu kerangka teori yang relevan untuk menjelaskan fenomena tersebut adalah Health Belief Model (HBM).(Hochbaum, Rosenstock and Kegels, 2023)

Sejumlah penelitian berbasis Health Belief Model menunjukkan bahwa rendahnya persepsi kerentanan dan keseriusan risiko, disertai dengan lemahnya *self-efficacy*, berkaitan dengan meningkatnya kecenderungan remaja melakukan perilaku seks pranikah. Berdasarkan kebutuhan untuk memperkuat evidensi tersebut, kajian literatur ini menganalisis penelitian periode 2020-2025 guna mengidentifikasi pola kontribusi masing masing komponen HBM terhadap perilaku seks pranikah remaja. Namun demikian, kajian empiris yang menguji secara simultan komponen-komponen HBM terhadap perilaku seks pranikah pada remaja di tingkat lokal masih terbatas, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memperkuat dasar evidensi dalam perencanaan intervensi Kesehatan reproduksi remaja.

Dengan mempertimbangkan kompleksitas faktor yang mempengaruhi perilaku seks pranikah pada remaja serta variasi temuan penelitian sebelumnya, diperlukan kajian yang mampu menjelaskan kontribusi masing-masing komponen Health Belief Model (HBM) lebih komprehensif. Selain faktor kognitif dan lingkungan, bebrapa penelitian juga menyoroti peran faktor psikososial dan aspek pendukung lainnya dalam membentuk perilaku seksual remaja. Oleh karena itu, Kajian literatur ini difokuskan pada analisis hasil penelitian lokal periode 2020-2025 untuk mengidentifikasi pola kontribusi setiap komponen HBM terhadap perilaku seks pranikah pada remaja sebagai dasar penguatan intervensi Kesehatan reproduksi yang lebih kontekstual.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Tinjauan literatur untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis bukti penelitian yang terbit antara tahun 2020-2025 mengenai faktor-faktor PSP pada remaja, khususnya yang menggunakan kerangka teori *Health Belief Model* (HBM). Pencarian literatur dilakukan pada basisi data ilmiah seperti Google Scholar,

MedPub, dan CORE menggunakan kata kunci seperti (Perilaku Seks Pranikah atau Seks Bebas) dan (Remaja atau Mahasiswa) dan (Health Belief Model atau HBM). Hanya artikel yang berfokus pada populasi remaja (10-24 tahun) dan secara eksplisit membahas komponen HBM yang diikutsertakan. Data diekstraksi untuk menganalisis hubungan setiap komponen HBM (*Susceptibility, Seriousness, Benefits, Barries, Self-efficacy, Cues to Action*) dengan perilaku seksual remaja dengan tujuan mensintesis temuan dan mengidentifikasi pola hubungan paling dominan dalam periode tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kajian literatur komprehensif yang menganalisis penelitian antara tahun 2020 hingga 2025 secara konsisten menegaskan bahwa perilaku seksual pranikah (PSP) pada remaja di pengaruhi oleh interaksi kompleks dengan keyakinan individu yang bersifat protektif dan pemicu risiko dari lingkungan eksternal. Penggunaan kerangka Health Belief Model (HBM) berfungsi sebagai lensa yang efektif untuk memahami motivasi di balik keputusan remaja untuk mencegah atau melakukan PSP, berfokus pada persepsi dan keyakinan subjektif mereka. Meskipun hasil PSP bervariasi, pola kecenderungan risiko tinggi yang berkelanjutan menunjukkan urgensi untuk menganalisis faktor-faktor pendorong ini

Tabel 1 Daftar Literatur yang Digunakan dalam Penelitian.

No	Nama Peneliti	Judul	Publikasi dan Tahun	Kesimpulan
1.	Puspita Ningrum	The risk sexual behavior of adolescents reviewed based on Health Belief Model	Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (JNKI), Vol. 9, Issue 4, 2021, 280-289	Perilaku seksual berisiko berhubungan bermakna dengan perceived susceptibility, perceived barriers, self-efficacy, cues to action $p < 0,05$, namun tidak berhubungan secara bermakna dengan perceived seriousness dan perceived benefits. Cues to action adalah variabel yang paling berhubungan dengan perilaku seks berisiko di SMA X Kotamobagu
2.	Valen Fridolin Simak,	Perilaku Seksual Berisiko serta	Jurnal Kesehatan Reproduksi	Remaja memiliki keyakinan diri yang

	Kristamuliana, Crista Gretasia Sekeon	Kaitannya dengan Keyakinan Diri Remaja untuk Mencegah: Studi Deskriptif	Vol 9 No 1 – April 2022	tinggi sebanyak 64,8% dan keyakinan diri berhubungan secara bermakna dengan perilaku seksual berisiko
3.	Tedi Novan Maulana	Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Remaja Berbasis Theory Health Belief Model di SMA Negeri 10 Surabaya	Skripsi STIKES Hang Tuah Surabaya, 2022	Faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja adalah Perceived Susceptibility, Perceived Barriers, dan Self Efficacy. Faktor yang tidak berhubungan adalah: Perceived Seriousness dan Perceived Benefits
4	Citra Indah Fitriwati, Meinarisa	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja di MAN 1 Bungo	Jurnal Kesmas Jambi (JKMJ), Vol. 6, No. 2, September 2022	Penelitian tidak spesifik menggunakan teori HBM kecuali ada satu variabel yang merupakan bagian dari isyarat bertindak eksternal yaitu paparan media sosial yang berhubungan secara bermakna dengan perilaku seksual pranikah.
5.	Yuliana, Lisa Apriyani	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Pra Nikah pada Remaja Putri di SMAN 1 Rasau Jaya Tahun 2024	Jurnal Kebidanan, Vol. 14 No.2, Oktober 2024	Penelitian tidak spesifik menggunakan teori HBM kecuali ada satu variabel yang merupakan bagian dari isyarat bertindak eksternal yaitu pengaruh orang tua yang berhubungan secara bermakna dengan perilaku seks pranikah pada remaja putri
6.	Santoso, L. H., & Sulistyowati, M. (2024).	Determinants of Adolescent Premarital Sexual Behavior Based on the Theory of Health	<i>Media Gizi Kesmas</i> , 13(2), 810-815	Perilaku seks pranikah berhubungan secara bermakna dengan perceived severity dan perceived barriers ,namun tidak berhubungan secara

		Belief Model (HBM).		bermakna dengan <i>perceived susceptibility, perceived benefits, self-efficacy, dan cues to action</i>
7.	Dhea Junia Meyanti	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Pranikah pada Remaja SMP Negeri “X” di Kota Padang	Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, Juli 2025	Penelitian tidak spesifik menggunakan teori HBM kecuali ada satu variabel yang merupakan bagian dari isyarat bertindak eksternal yaitu paparan pornografi, pengaruh teman, dan pengaruh orangtua yang berhubungan secara bermakna dengan perilaku seksual pranikah
8.	Kustin, Yuni Handayani	Health Belief Model Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Seks Bebas pada Remaja	ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan, Vol. 5, No. 3, Mei 2024	Semua komponen HBM, kecuali <i>perceived of barriers</i> memiliki korelasi dengan perilaku pencegahan seks bebas. <i>Percieved of severity</i> memiliki korelasi terkuat dengan perilaku pencegahan seks bebas pada remaja
9.	Rosena Maulida, Adiyat Syeh	Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Bebas pada Remaja	Educational Journal: General and Specific Research, Vol. 5 No. 2, Juni 2025	Penelitian tidak spesifik menggunakan teori HBM kecuali ada 2 yaitu variabel isyarat bertindak eksternal yaitu paparan pornografi dan pengaruh teman dan variabel <i>self-efficacy</i> yang dalam penelitian ini disebut sebagai kontrol diri yang berhubungan secara bermakna dengan perilaku seks bebas pada remaja

Tabel 2. Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Menurut HBM Tahun 2021-2025.

Komponen Utama Health Belief Model (HBM)	Hasil Penelitian								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Percieved of Susceptibility	V	-	V	-	-	X	-	V	-
Percieved of Severity	X	-	X	-	-	V	-	V	-
Percieved of Benefits	X	-	X	-	-	X	-	V	-
Percieved of Barriers	V	-	V	-	-	V	-	X	-
Cues to Action									
Eksternal:									
Paparan Media	V	-	-	V	-	X	V	V	V
Pengaruh Teman	V	-	-	-	-	X	V	V	V
Pengaruh Orang Tua	V	-	-	-	V	X	V	V	-
Internal:									
Self-Efficacy	V	V	V	-	-	X	-	V	V

(V) : Ada hubungan/pengaruh

(X) : Tidak ada hubungan/pengaruh

(V) : Faktor Utama

(-) : Tidak dilakukan penelitian

Berdasarkan Tabel 1 dan 2, aplikasi HBM dalam upaya memahami perilaku seks pranikah pada remaja selama Tahun 2021-2025 hanya menemukan 4 penelitian dengan 3 penelitian yang mencoba menganalisis 6 komponen utama dari HBM. Meskipun dengan hasil yang cukup variatif seluruh komponen utama dalam banyak penelitian masih menemukan bukti bahwa 6 komponen utama terbukti menjadi faktor penentu perilaku seks pranikah pada remaja. Meskipun tidak satupun penelitian yang mampu membuktikan bahwa semua komponen HBM berhubungan namun variabel *perceived of susceptibility*, *perceived of barriers*, paparan media, pengaruh teman dan *self-efficacy* cenderung menjadi predictor yang baik untuk perilaku seks pranikah pada remaja. Pembahasan selanjutnya berkenaan dengan kontribusi masing-masing komponen dari HBM terhadap perilaku seks pranikah dapat dijelaskan sebagai berikut:

Dalam konteks temuan yang telah di paparkan sebelumnya, persepsi kerentanan (*perceived susceptibility*) merupakan salah satu komponen HBM yang cukup konsisten ditemukan berhubungan dengan perilaku seks pranikah pada remaja. Remaja yang merasa dirinya tidak berisiko cenderung lebih permisif terhadap perilaku seksual. Hal ini sejalan dengan temuan (Ningrum *et al.*, 2021) serta (Maulana, 2022) yang menunjukkan bahwa *perceived susceptibility* berhubungan secara bermakna dengan perilaku seksual berisiko remaja. Namun, hasil yang berbeda di temukan oleh (Santoso and Sulistyowati, 2024) yang

tidak menemukan hubungan signifikan anatar persepsi kerentanan dan perilaku seks pranikah, menunjukkan adanya variasi konteks sosial dan karakteristik responden.

Selain itu, persepsi keseriusan dampak (*perceived severity*) turut menjadi faktor internal yang memengaruhi perilaku remaja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja yang menganggap dampak seks pranikah sebagai hal yang serius cenderung memiliki perilaku yang lebih protektif. (Santoso and Sulistyowati, 2024) serta (Handayani, 2024) menemukan bahwa *perceived severity* memiliki hubungan bermakna dengan perilaku seksual atau perilaku pencegahan seks bebas. Sebaliknya, (Ningrum *et al.*, 2021) dan (Maulana, 2022) tidak menemukan hubungan signifikan pada komponen ini, yang mengindikasikan bahwa pemaknaan terhadap dampak negative seks pranikah dapat berbeda antar kelompok remaja.

Komponen *perceived benefits* dalam beberapa penelitian menunjukkan hasil yang kurang konsisten. (Ningrum *et al.*, 2021) dan (Maulana, 2022) melaporkan bahwa persepsi manfaat tidak berhubungan secara signifikan dengan perilaku seks pranikah. Namun, (Handayani, 2024) menemukan bahwa persepsi manfaat berhubungan dengan perilaku pencegahan seks bebas pada remaja. Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa manfaat perilaku pencegahan belum selalu di pahami secara utuh oleh remaja, terutama Ketika di hadapkan pada tekanan lingkungan.

Hambatan yang di rasakan (*perceived barriers*) merupakan salah satu faktor internal yang paling sering dilaporkan berhubungan dengan perilaku seks pranikah. Hambatan seperti tekanan pasangan, norma pertemanan, dan keterbatasan kontrol diri mejadi faktor mempersulit remaja untuk menghindari perilaku seksual berisiko. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Ningrum *et al.*, 2021), (Maulana, 2022), serta (Santoso and Sulistyowati, 2024) yang menunjukkan bahwa *perceived barriers* memiliki hubungan bermakna dengan perilaku seks pranikah pada remaja.

Keyakinan diri (*self-efficacy*) juga memainkan peran penting dalam pengambilan keputusan seksual remaja. Remaja dengan tingkat *self-efficacy* yang rendah cenderung lebih sulit menolak ajakan pasangan atau pengaruh lingkungan. Hal ini didukung oleh penelitian (Ningrum *et al.*, 2021), (Simak and , Kristamuliana, 2022), serta (Maulana, 2022) yang menemukan hubungan signifikan antara *self-efficacy* dan perilaku seksual berisiko. Temuan serupa juga di laporkan oleh (Maulida, 2025) yang menyebut kontrol diri sebagai faktor yang berhubungan dengan perilaku seks bebas pada remaja.

Analisis menunjukkan bahwa dua komponen HBM, yaitu *Self-Efficacy* (Keyakinan Diri) dan *Perceived Barries* (Hambatan yang dirasakan), berfungsi sebagai faktor protektif yang kuat dan signifikan terhadap perilaku seksual berisiko pada remaja. Semakin tinggi keyakinan

diri remaja yang termanifestasi dalam keyakinan mereka untuk melawan perilaku seksualnya akan semakin rendah. Keyakinan diri yang kuat ini mendorong individu untuk mencari kesibukan lain, memperkuat iman, dan memilih teman yang mendukung ke arah yang lebih baik. Faktor *Perceived Barriers* juga menunjukkan hubungan yang kuat dan negatif, yang berarti semakin besar hambatan (seperti rasa takut ditolak pasangan, malu berlebihan di depan umum, atau konsekuensi buruk) yang di rasakan, semakin rendah pulakecenderungan perilaku seksualnya. Persepsi hambatan ini, seperti rasa takut mengalami hal-hal yang tidak diinginkan, secara signifikan menghalangi mereka menghalangi mereka untuk melakukan perilaku seksual yang berlebihan (Tungka, Kartini Estelina; Nursalam, Nursalam; Fitryasari, 2022; Handayani, 2024)

Meskipun komponen protektif berperan, temuan mengenai bagaimana remaja memproses ancaman yang dirasakan (Persepsi Kerentanan dan Keseriusan) menunjukkan adanya nuansa dan inkonsistensi. Komponen *Perceived Susceptibility* (Kerentanan yang dirasakan) ditemukan hubungan signifikan dengan perilaku seksual remaja. Hubungan yang positif ini menyiratkan bahwa remaja yang merasa dirinya rentan terhadap risiko akan lebih termotivasi melakukan Tindakan pencegahan. Namun, hubungan ini cenderung lemah, menunjukkan bahwa kesadaran risiko saja belum cukup untuk sepenuhnya mengubah perilaku.

Kesenjangan yang lebih nyata terlihat pada *Perceived Seriousness* (Keseriusan yang dirasakan) dan *Perceived Benefits* (Manfaat yang dirasakan), yang keduanya ditemukan tidak berhubungan signifikan dengan perilaku seksual remaja secara keseluruhan. Hal ini dapat diinterpretasikan karena mayoritas perilaku seksual yang dilakukan responden masih dalam kategori “sedang” (seperti berpengangan tangan, ciuman ringan) yang tidak dianggap menghilangkan manfaat yang dirasakan atau memicu keseriusan penuh terhadap ancaman penyakit seperti HIV/AIDS atau kehamilan. Di sisi lain, studi yang berfokus pada upaya pencegahan secara umum justru menemukan bahwa Persepsi Keseriusan dan Persepsi Manfaat memiliki pengaruh yang kuat dan signifikan terhadap motivasi remaja untuk mencegah perilaku seks pranikah (PSP). Inkonsistensi ini menunjukkan bahwa meskipun remaja memiliki pengetahuan tentang ancaman serius, mereka cenderung membuat “kompromi perilaku” yang mereka anggap tidak akan memicu konsekuensi terparah (Handayani, 2024).

Faktor internal yang di evaluasi melalui Health Belief Model (HBM) menunjukkan adanya dualisme antara komponen yang bersifat protektif kuat dan komponen menunjukkan inkonsistensi dalam memprediksi Perilaku Seks Pranikah (PSP). Secara konsisten, *Self-Efficacy* dan *Perceived Barriers* muncul sebagai faktor protektif yang signifikan, di mana semakin tinggi keyakinan diri remaja untuk menolak perilaku berisiko semakin besar

hambatan yang di rasakan (rasa takut akan komsekuensi yang tidak diinginkan) maka semakin rendah perilaku seksualnya. Namun, terdapat hasil yang kontras pada komponen yang mengevaluasi ancaman dan manfaat, meskipun remaja memiliki persepsi kerentanan yang signifikan dengan PSP, sejalan dengan prinsip HBM komponen *perceived seriousness* dan *perceived benefits* justru ditemukan tidak berhubungan signifikan dengan PSP secara keseluruhan. Inkonsistensi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara keyakinan (pengetahuan tentang ancaman serius) dan praktik, di mana perilaku seksual yang dilakukan (dalam kategori sedang) belum dianggap cukup serius untuk memicu perubahan perilaku yang drastis, kecuali didukung oleh keyakinan diri yang kuat (Handayani, 2024; Maulana, 2022)

Di luar faktor internal, faktor eksternal berupa cues to action seperti paparan media, pengaruh teman sebaya, dan peran orang tua turut berkontribusi terhadap perilaku seks pranikah. Paparan media sosial dan pornografi dilaporkan berhubungan dengan perilaku seksual remaja dalam penelitian (Fitriwati, 2022), (Meyanti, 2025) serta (Maulida, 2025). Remaja yang aktif menggunakan media sosial ditemukan berpeluang 6,857 kali lebih besar untuk memiliki perilaku seks bebas dibandingkan pengguna pasif. Paparan media pornografi juga memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku seks pranikah. Akses tak terkontrol terhadap konten seksual di media digital ini memperburuk kondisi internal remaja yang sudah rentan.

Selain itu, Peran dan Pengawasan Orang Tua menjadi faktor risiko krusial yang menentukan kerentanan remaja. Pengawasan orang tua yang pasif atau kurang aktif memiliki hubungan signifikan dengan PSP, dan remaja yang peran orang tuanya aktif memiliki peluang 0,403 kali terlindungi dari perilaku seksual berisiko. Komunikasi orang tua yang rendah juga menunjukkan hubungan signifikan dengan PSP. Kurangnya bimbingan dan komunikasi terbuka mengenai seksualitas dalam keluarga mendorong remaja untuk mencari informasi dari sumber yang kurang kredibel, yaitu teman sebaya atau media massa, yang memperbesar risiko penyimpangan perilaku (Yuliana; Abpriyani, 2024).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian literatur terhadap penelitian lokal periode 2020-2025, dapat disimpulkan bahwa perilaku seks pranikah pada remaja tidak dipengaruhi oleh satu faktor tunggal, melainkan merupakan hasil dari berbagai faktor yang saling berkaitan. Penerapan Health Belief Model (HBM) menunjukkan bahwa tidak seluruh komponen HBM memiliki hubungan yang konsisten dengan perilaku seks pranikah remaja. Beberapa komponen seperti *perceived susceptibility*, *perceived barriers*, *self-efficacy*, serta faktor eksternal berupa paparan

media dan pengaruh teman sebaya, lebih sering di temukan berperan dalam membentuk perilaku remaja. Sementara itu, komponen perceived severity dan perceived benefits menunjukan hasil yang berbeda-beda antar penelitian. Gal ini menunjukan bahwa pemahaman terhadap perilaku seks pranikah perlu melihat kondisi kognitif, psikososial, dan lingkungan secara bersamaan agar upaya pencegahan yang dilakukan dapat lebih tepat sasaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan selama proses penyusunan penelitian ini. Penulis juga mengapresiasi para peneliti sebelumnya yang hasil penelitiannya menjadi dasar dalam kajian literatur ini. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehinggal penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- BKKBN, BPS, K.K.R. (2017). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017*.
- Fitriwati, C. I. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual pranikah pada remaja di MAN 1 Bungo. 6(2), 40–47.
- Handayani, Y. (2024). Health belief model sebagai upaya pencegahan perilaku seks bebas pada remaja. 5(3), 40–47.
- Hochbaum, G., Rosenstock, I., & Kegels, S. (2023). Health belief model. (May), 1–3.
- Jing, Z., et al. (2023). Prevalence and trends of sexual behaviors among young adolescents aged 12 years to 15 years in low and middle-income countries: Population-based study. *Corresponding Author*, 9. <https://doi.org/10.2196/45236>
- Maulana, Tedi Novan. (2022). *Analisis faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja berbasis theory health belief model di SMA Negeri 10 di Surabaya*.
- Maulida, R. A. S. (2025). *Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seks bebas pada remaja*, 5(2), 93–99.
- Meyanti, Dhea Junia. (2025). *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seks pranikah pada remaja SMP Negeri "X" di Kota Padang*.
- Ningrum, P., et al. (2021). The risk sexual behavior of adolescents reviewed based on health belief model. 9(4), 280–289.
- Santoso, L. H., & Sulistyowati, M. (2024). Determinan perilaku seks pranikah remaja berdasarkan teori health belief model (HBM). 810–815.
- Simak, V. F., & Kristamuliana, C. G. S. (2022). Perilaku seksual berisiko serta kaitannya dengan keyakinan diri remaja untuk mencegah: Studi deskriptif. <https://doi.org/10.22146/jkr.66159>
- Suwarni, L., & Selviana. (2015). Inisiasi seks pranikah remaja dan faktor yang memengaruhi.

10(111), 169–177.

Tungka, Kartini Estelina; Nursalam, Nursalam; Fitryasari, R. (2022). Faktor risiko yang mempengaruhi perilaku seksual pranikah remaja. *4*, 781–794.

Wahyuni, S., & Fahmi, I. (2017). Determinan perilaku seksual pra nikah remaja pria di Indonesia hasil SDKI. *6*(2), 177–188.

WHO. (2018). *Adolescent sexual and reproductive health*.

Yuliana, & Abpriyani, L. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seks pranikah pada remaja putri di SMAN 1 Rasau Jaya tahun 2024. *14*, 57–65.