

Tinjauan Pustaka Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Berdasarkan Teori *Health Belief Model* (HBM)

Salwa Octavia^{1*}, Luqman Effendi²

¹⁻²Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

*Penulis Korespondensi: salwaoctavia@gmail.com

Abstract. *Premarital sexual behavior among adolescents remains a public health concern influenced by social change, technological development, and social environment. This study aims to analyze factors associated with adolescent premarital sexual behavior based on the Health Belief Model (HBM). A systematic literature review was conducted on eight studies published between 2019 and 2025, including journal articles, undergraduate theses, and a doctoral dissertation. The findings were analyzed by categorizing the results into six HBM components: perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, and self-efficacy. The results indicate that perceived susceptibility is the most consistently associated component with adolescent premarital sexual behavior. Perceived severity, perceived barriers, cues to action, and self-efficacy also show significant associations in several studies, whereas perceived benefits demonstrate the weakest and most inconsistent relationship. Overall, adolescent premarital sexual behavior is shaped by the interaction between risk perception, environmental support, and individual confidence in behavioral control. These findings confirm that the Health Belief Model remains a relevant framework for designing adolescent health promotion and preventive interventions.*

Keywords: *Adolescents; Health Behavior; Health Belief Model (HBM); Premarital Sex; Public Health.*

Abstrak. Perilaku seks pranikah pada remaja masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang dipengaruhi oleh perubahan sosial, perkembangan teknologi, dan lingkungan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seks pranikah pada remaja berdasarkan teori *Health Belief Model* (HBM). Metode yang digunakan adalah *systematic literature review* terhadap delapan penelitian yang dipublikasikan pada periode 2019–2025, yang terdiri atas artikel jurnal, skripsi, dan disertasi. Analisis dilakukan dengan mengelompokkan temuan penelitian ke dalam enam komponen HBM, yaitu *perceived susceptibility*, *perceived severity*, *perceived benefits*, *perceived barriers*, *cues to action*, dan *self-efficacy*. Hasil kajian menunjukkan bahwa persepsi kerentanan merupakan komponen yang paling konsisten berhubungan dengan perilaku seks pranikah remaja. Persepsi keparahan, persepsi hambatan, *cues to action*, dan *self-efficacy* juga menunjukkan hubungan yang signifikan pada sebagian penelitian, sedangkan persepsi manfaat menunjukkan hubungan yang paling lemah dan tidak konsisten. Secara keseluruhan, perilaku seks pranikah remaja dipengaruhi oleh interaksi antara persepsi risiko, dukungan lingkungan, dan keyakinan diri dalam mengendalikan perilaku. Temuan ini menegaskan bahwa *Health Belief Model* relevan digunakan sebagai kerangka dalam perencanaan intervensi promosi kesehatan remaja.

Kata kunci: *Health Belief Model (HBM); Kesehatan Masyarakat; Perilaku Kesehatan; Remaja; Seks Pranikah.*

1. LATAR BELAKANG

Sebelum mencapai kedewasaan, semua aspek atau fungsi kehidupan berkembang melalui tahap dinamis masa remaja. Pertumbuhan fisik, mental, emosional, dan sosial yang pesat menjadi ciri khas peralihan dari masa bayi ke masa dewasa. Meskipun hanya sebagian kecil dari populasi dunia, remaja memiliki pengaruh besar terhadap masa depan. Mereka sangat ingin tahu tentang banyak hal tanpa mempelajarinya terlebih dahulu karena pertumbuhan mereka yang cepat. Perilaku seksual remaja adalah salah satu masalah negatif bagi remaja (Wahyuni et al., 2023).

Tingkat perilaku seksual berisiko yang tinggi di kalangan remaja Indonesia menimbulkan kekhawatiran tentang perilaku seksual sebelum menikah. Menurut riset Kementerian Kependudukan dan Keluarga (Kemendukbangga) tahun 2024, sekitar 46% remaja di Indonesia pada usia 15 hingga 19 tahun menyatakan bahwa mereka telah berhubungan seks sebelum menikah. Mayoritas remaja menilai perilaku tersebut sebagai sesuatu yang biasa terjadi dalam hubungan pacaran. Fenomena ini menunjukkan bahwa keyakinan dan persepsi remaja tentang perilaku seksual berubah. Perubahan ini didukung oleh kemajuan teknologi, akses ke informasi yang bebas, dan kurangnya kontrol sosial (Goretti et al., 2025).

Angka kematian remaja akibat semua penyebab telah menurun selama 20 tahun terakhir, terutama di kalangan perempuan yang lebih tua (15–19 tahun), yang berjumlah lebih dari 1,3 miliar (16%) dari populasi dunia. Namun, tidak semua wilayah dan demografi remaja mendapat manfaat yang sama dari kemajuan ini. Remaja berjumlah sekitar 17% dari populasi Indonesia, atau sekitar 46 juta orang (WHO, 2024).

Menurut *Youth Risk Behavior Survey* (YRBS), sejumlah besar remaja terlibat dalam perilaku seksual berisiko. Sekitar 20% dari semua diagnosis infeksi HIV baru di AS pada tahun 2020 terjadi pada remaja dan anak muda berusia antara 13 hingga 24 tahun. Sementara itu, kelompok usia 15–24 tahun berkontribusi lebih dari separuh dari sekitar 20 juta kasus baru penyakit menular seksual (PMS) yang tercatat pada tahun 2020. 8,6% remaja yang belum menikah berusia 20–24 tahun terlibat di dalamnya, menurut data Survei Kesehatan Reproduksi Indonesia (SKRI) 2020–2021 (Aima & Erwandi, 2023).

Perilaku seksual sebelum menikah dilaporkan oleh 0,9% remaja perempuan berusia 15 hingga 19 tahun dalam Survei Demografi dan Kesehatan (SDKI) Indonesia tahun 2017, meningkat dari 0,7% pada tahun 2012 (Aima & Erwandi, 2023).

Perilaku seksual remaja dapat memiliki sejumlah dampak negatif, termasuk dampak sosial, psikologis, dan fisik. Kehamilan yang tidak diinginkan adalah masalah umum karena dapat mengakibatkan aborsi yang tidak aman dan membahayakan kesehatan remaja. Selain itu, terlibat dalam perilaku seksual berisiko meningkatkan kemungkinan PMS, atau penyakit menular seksual (Maulana, 2022). Gonore, sifilis, klamidia, herpes genital, kutil kelamin, dan HIV/AIDS adalah beberapa infeksi menular seksual yang umum. *Neisseria gonorrhoeae* menyebabkan gonore, yang ditandai dengan buang air kecil yang menyakitkan dan keluarnya cairan dari alat kelamin. Sifilis yang tidak diobati disebabkan oleh infeksi dengan *Treponema pallidum*, dapat menyebabkan masalah serius dan menimbulkan ulkus di mulut, rektum, atau area genital. Infertilitas pada wanita dan penyakit radang panggul dapat disebabkan oleh

klamidia, yang disebabkan oleh *Chlamydia trachomatis* dan seringkali tidak menunjukkan gejala. Virus Herpes simpleks, yang menyebabkan herpes genital, mengakibatkan lepuh di mulut dan daerah genital yang berisi cairan. *Human Papillomavirus* (HPV) dapat menyebabkan kutil kelamin, yaitu pertumbuhan yang menyerupai kutil di sekitar organ reproduksi dan meningkatkan risiko kanker serviks. Sementara itu, penderita HIV/AIDS, yang disebabkan oleh Virus Imunodefisiensi Manusia, kondisi sistem kekebalan tubuh yang menurun menyebabkan mereka lebih mudah terserang infeksi oportunistik (Pratiwi et al., 2023).

Remaja yang terlibat dalam perilaku seksual berisiko mengalami stres psikologis dan sosial di samping dampak fisik. Mereka mungkin menghadapi tekanan dari lingkungan sekitar, distigmatisasi, dan dipandang sebagai aib bagi keluarga. Perasaan rendah diri, kecemasan, kemarahan, kesedihan, dan rasa bersalah yang berkelanjutan sering kali ditimbulkan oleh dampak-dampak ini (Maulana, 2022).

Kontrol orang tua harus ada agar remaja tidak terkena dampak negatif kemajuan teknologi. Meskipun sulit, orang tua harus berkomunikasi dengan anak-anaknya secara terbuka. Pendidikan seks dimaksudkan untuk mencegah remaja menyalahgunakan seks. Mereka yang melakukan perilaku abnormal ini seringkali menderita kesedihan, penyakit menular seksual (PMS), dan rasa bersalah. Namun, pendidikan seks memiliki keuntungan dan kerugian. Beberapa orang berpendapat bahwa mengajarkan anak-anak tentang seks dapat menyebabkan mereka tertarik dan melakukan tindakan yang menyimpang. Tujuan pendidikan seks adalah untuk menghentikan remaja dari penyalahgunaan seks, yang seringkali mengakibatkan keputusan, PMS, dan rasa bersalah (Debbiyantina et al., 2024).

Salah satu tugas mereka sebagai profesional kesehatan dalam menangani masalah ini adalah untuk memeriksa bagaimana remaja memandang pergaulan bebas dan bahaya serta dampak dari aktivitas tersebut. Pergeseran perilaku ini dapat diteliti menggunakan kerangka *Health Belief Model* (HBM). Model psikologis yang disebut metode HBM digunakan untuk memprediksi alasan di balik tindakan yang berkaitan dengan kesehatan. Perilaku seksual adalah salah satu dari banyak perilaku kesehatan jangka panjang dan jangka pendek yang dapat diteliti menggunakan HBM. Dimungkinkan untuk menghentikan remaja dari pergaulan bebas dengan menggunakan HBM. HBM berfokus pada persepsi subjektif individu, seperti penilaian mereka tentang kemungkinan tertular berbagai penyakit, khususnya yang disebabkan oleh pergaulan bebas; penilaian mereka tentang tingkat keseriusan suatu kondisi dari sudut pandang medis dan sosial, termasuk kemungkinan meninggal atau ditolak oleh orang yang dicintai; dan penilaian mereka tentang hambatan yang dirasakan untuk menjaga kesehatan (*Perceived*

Severity/Tingkat Keparahan yang Dirasakan). Teori ini digunakan untuk memprediksi mengapa seseorang melakukan pencegahan, penyaringan, atau pengendalian kondisi kesehatan terutama penyakit (Kustin & Handayani, 2024).

Berdasarkan uraian konteks sebelumnya, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki variabel-variabel yang memengaruhi perilaku seksual pra-nikah remaja. berdasarkan tinjauan literatur periode 2019–2025 dengan menggunakan kerangka teori HBM. Secara khusus, penelitian ini diarahkan untuk menganalisis keterkaitan perilaku seksual pranikah remaja dengan persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, isyarat untuk bertindak, serta efikasi diri.

2. METODE PENELITIAN

Berdasarkan pendekatan *Health Belief Model* (HBM), penelitian ini menerapkan desain Tinjauan Literatur Sistematis (*Systematic Literature Review/SLR*) untuk mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual pranikah remaja. Proses penelusuran artikel dilakukan melalui basis data ilmiah yang relevan dengan menggunakan kata kunci remaja, perilaku seksual pranikah, dan HBM. Artikel yang dikaji merupakan penelitian yang dipublikasikan dalam rentang tahun 2019-2025.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi artikel penelitian asli (*original research*), menggunakan pendekatan atau variabel yang selaras dengan konstruk HBM, serta membahas perilaku seksual remaja. Artikel yang tidak tersedia dalam teks lengkap atau tidak relevan dengan tujuan penelitian dikeluarkan dari kajian. Berdasarkan proses seleksi, diperoleh delapan artikel yang memenuhi persyaratan untuk analisis tambahan.

Enam elemen HBM yang menjadi dasar analisis data adalah persepsi kerentanan, persepsi keparahan, persepsi keuntungan, persepsi hambatan, sinyal untuk tindakan, dan efikasi diri. Temuan penelitian kemudian ditampilkan dalam bentuk tabel dengan penjelasan deskriptif untuk menunjukkan bagaimana masing-masing karakteristik HBM berhubungan dengan perilaku seksual pranikah remaja.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Daftar Referensi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja Menurut Teori HBM.

No.	Nama Peneliti	Judul	Publikasi dan Tahun	Metode	Hasil
1.	Tasnim Tasnim, Abdul Sila, Rahmat Sofyan Patadjai, Sunarsih, La Ode Saafi, Muhammad Idrus, Putu Suri Saraswati	<i>Free Sex Behavioral factors based on the Health Belief Model: A Study in Teenagers in Muna, Indonesia</i>	<i>Indonesian Journal of Health Sciences Research and Development (IJHSRD), 1(1), 2019, 22– 31.</i>	Penelitian ini merupakan studi potong lintang, dengan jumlah sampel 75 responden, dengan teknik pengambilan sampel acak sederhana.	Hasil studi tersebut mengungkapkan adanya hubungan antara rasa kerentanan dan keseriusan serta paparan media social dengan perilaku seks bebas (Tasnim et al., 2019).
2.	Puspita Ningrum	<i>The risk sexual behavior of adolescents reviewed based on Health belief model</i>	Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia Vol. 9, Issue 4, 2021	Penelitian ini merupakan penelitian non-experimental dengan menggunakan Pendekatan <i>cross-sectional</i> .	Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara keseriusan yang dirasakan dan keuntungan yang dirasakan dengan perilaku seksual berisiko, namun terdapat hubungan antara kerentanan yang dirasakan, hambatan yang dirasakan, efikasi diri, dan sinyal untuk bertindak ($p < 0,05$) (Ningrum, 2021).
3.	Tedi Novan Maulana	Analisis factor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja berbasis <i>Theory Health Belief Model</i> di SMA Negeri 10 di Surabaya	Skripsi, 2022	Desain penelitian analitik korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Populasi penelitian ini adalah 440 dan jumlah sampel 209 siswa yang dipilih menggunakan <i>Stratified Random Sampling</i> . Analisis data menggunakan uji <i>Spearman Rho</i> dengan kemaknaan ($p \leq 0,05$).	Kerentanan yang dirasakan ($p = 0,000$), hambatan yang dirasakan ($p = 0,019$), dan kepercayaan diri ($p = 0,028$) ditemukan berkaitan dengan perilaku seksual remaja, sedangkan tingkat keparahan yang dirasakan ($p = 0,097$) dan manfaat yang dirasakan ($p = 0,150$) tidak berkaitan (Maulana, 2022).

4.	Kustin, Yuni Handayani	<i>Health Belief Model</i> Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Seks Bebas pada Remaja	ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan Vol. 5, No. 3, Mei 2024	Desain pada penelitian ini adalah jenis penelitian analitik kuantitatif dengan desain <i>cross sectional</i> , dimana keseluruhan variabel diukur secara bersamaan dalam satu waktu.	Menurut temuan studi, 4,4% peserta melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Persepsi kerentanan ($p=1,000$), persepsi tingkat keparahan ($p=0,005$), persepsi manfaat ($p=1,000$), persepsi hambatan ($p=0,006$), persepsi efikasi diri ($p=0,050$), dan sinyal untuk bertindak ($p=1,000$) adalah nilainya (Kustin & Handayani, 2024).
5.	Rina Sovianti	Analisis Model Keyakinan Kesehatan Untuk Pencegahan Seks Bebas Pada Remaja	Disertasi, 2024	Desain penelitian adalah <i>cross-sectional</i> . Pengambilan data dilakukan pada bulan Februari 2024. Pengolahan data menggunakan <i>Microsoft Excel</i> , <i>SPSS</i> , dan <i>Smart Partial Least Square</i> (SmartPLS) 3.	Hasil penelitian menemukan bahwa persepsi kerentanan dan keparahan mempunyai hubungan yang negatif terhadap aksi perubahan perilaku seks bebas. Data dari penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi kerentanan, persepsi keparahan, hambatan, dan petunjuk untuk bertindak tidak mempengaruhi perubahan perilaku kecuali jika dikaitkan dengan manfaat dan efikasi diri (Sovianti, 2024).
6.	Laila Hidayah Santoso, Muji Sulistyowati	Determinan Perilaku Seks Pranikah Remaja berdasarkan Teori <i>Health Belief Model</i> (HBM)	Media Gizi Kesmas Vol. 13, No. 2, Desember 2024	Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> .	Menurut temuan studi, 4,4% peserta melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Persepsi kerentanan ($p=1,000$), persepsi tingkat keparahan ($p=0,005$), persepsi manfaat ($p=1,000$), persepsi hambatan ($p=0,006$), persepsi efikasi diri ($p=0,050$), dan sinyal untuk bertindak ($p=1,000$) adalah nilainya

7.	Arief Siregar	<i>Deciphering Free Sexual Behavior: A Health Belief Model Perspective</i>	<i>International Journal of Medical Science and Public Health Research</i> Volume 05 Issue 04-2024	Menganalisis perilaku seksual bebas melalui kerangka <i>Health Belief Model</i> (HBM) melibatkan proses sistematis untuk memahami faktor-faktor kognitif, emosional, dan lingkungan yang memengaruhi sikap dan tindakan individu.	(Santoso & Sulistyowati, 2024). Studi ini menemukan bahwa perilaku seksual bebas sangat dipengaruhi oleh konstruk utama <i>Health Belief Model</i> . Tingkat kerentanan dan keparahan yang lebih tinggi dikaitkan dengan penurunan partisipasi dalam perilaku seksual bebas, sementara hambatan yang dirasakan juga mengurangi kemungkinan terjadinya perilaku tersebut. Manfaat yang dirasakan memiliki efek positif yang lebih lemah. Isyarat tindakan, termasuk pengaruh media dan teman sebaya, memainkan peran penting, dan kepercayaan diri muncul sebagai prediktor terkuat, di mana individu yang lebih percaya diri dalam mempraktikkan perilaku seksual aman cenderung kurang terlibat dalam perilaku seksual bebas (Siregar, 2024).
8.	Khalissha Muthia	Analisis persepsi remaja terhadap upaya pencegahan seks pranikah di SMA Negeri 2 Lahat	Skripsi, 2025	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan rancangan survei <i>cross sectional</i> . Sebanyak 267 responden yang menjadi sampel diperoleh melalui teknik <i>cluster sampling</i> . Analisis	Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara nilai PR sebesar 2,307 dengan CI = 1,606-3,313 dan persepsi sensitivitas terhadap langkah-langkah untuk menghindari seks pranikah ($p = 0,000$). Persepsi keseriusan ($p =$

penelitian terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji <i>chi-square</i>	0,971), persepsi keuntungan ($p = 0,657$), dan persepsi hambatan tidak menunjukkan korelasi yang signifikan (Khalissha Muthia, 2025).
---	---

Tabel 2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Menurut HBM.

Komponen Utama HBM	Hasil Penelitian							
	1	2	3	4	5	6	7	8
1. <i>Perceived of Susceptibility</i>	V	V	V	V	V	X	V	V
2. <i>Perceived of Severity</i>	V	X	X	V	V	V	V	X
3. <i>Perceived of Benefits</i>	-	X	X	V	V	X	V	X
4. <i>Percieved of Barriers</i>	-	V	V	X	V	V	V	X
5. <i>Cues to Action</i>	V	V	-	V	V	X	V	X
6. <i>Self-Efficacy</i>	-	V	V	-	V	X	V	-

(V): Ada pengaruh

(X): Tidak ada pengaruh

(-): Tidak diteliti

Berdasarkan Tabel 2. dapat dilihat bahwa seluruh komponen utama dari teori HBM dapat menjadi predictor dari perilaku seks pranikah remaja. Namun demikian berdasarkan delapan penelitian yang telah dilakukan, variabel persepsi kerentanan merupakan variabel yang selalu diteliti dan menghasilkan hasil yang paling konsisten dimana dari 8 penelitian hanya 1 penelitian saja yang hipotesisnya ditolak. Variabel persepsi manfaat merupakan komponen yang paling kecil sumbangannya dalam konteks menjelaskan Perilaku seksual pranikah di kalangan remaja. Hasil analisis vertical menggambarkan bahwa dari 4 penelitian dimana seluruh komponen HBM dilakukan pengujian setidaknya ada 2 penelitian (50%) yang membuktikan bahwa seluruh komponen utama dapat menjadi predictor dalam konteks perilaku seksual pranikah pada remaja. Oleh karena itu, seluruh komponen utama HBM dinilai tetap relevan sebagai landasan teoretis dalam menjelaskan perilaku seksual pranikah pada kelompok usia remaja. Selanjutnya, uraian pembahasan setiap variabel disajikan sebagai berikut:

***Perceived Susceptibility* (Persepsi Kerentanan)**

Berdasarkan urutan tabel penelitian, komponen *perceived susceptibility* menunjukkan adanya hubungan pada beberapa penelitian. (Tasnim et al., 2019) dan (Ningrum, 2021) menunjukkan bagaimana sikap awal terhadap perilaku seksual dipengaruhi oleh persepsi remaja tentang kerentanan terhadap bahaya kehamilan yang tidak direncanakan serta penularan penyakit menular seksual (PMS). Temuan ini diperkuat oleh (Maulana, 2022) yang

menemukan bahwa kesadaran akan kerentanan personal menjadi faktor penting dalam pembentukan niat pencegahan.

Selanjutnya, (Kustin & Handayani, 2024) serta (Sovianti, 2024) menegaskan bahwa persepsi kerentanan yang tinggi mendorong remaja untuk lebih mempertimbangkan perilaku pencegahan. Penelitian (Siregar, 2024) dan (Khalissha Muthia, 2025) juga mengindikasikan adanya hubungan antara persepsi kerentanan dengan perilaku seks pranikah. Sementara itu, (Santoso & Sulistyowati, 2024) tidak menempatkan kerentanan sebagai variabel empiris utama.

Perceived Severity (Persepsi Keparahan)

Pada komponen *perceived severity*, hubungan ditunjukkan oleh (Tasnim et al., 2019) yang menyatakan bahwa pemahaman terhadap dampak serius perilaku seks bebas mempengaruhi sikap kehati-hatian remaja. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian (Kustin & Handayani, 2024) yang menegaskan bahwa persepsi keparahan menjadi bagian dari pembentukan kesadaran risiko.

Selain itu, (Santoso & Sulistyowati, 2024) menemukan bahwa persepsi keparahan berperan dalam pengambilan keputusan remaja terkait perilaku seksual. Secara teoretis, (Siregar, 2024) menjelaskan bahwa persepsi keparahan merupakan elemen penting dalam penilaian ancaman kesehatan. Adapun (Khalissha Muthia, 2025; Maulana, 2022; Ningrum, 2021) tidak menunjukkan hubungan signifikan pada komponen ini.

Perceived Benefits (Persepsi Manfaat)

Komponen *perceived benefits* berdasarkan tabel hanya menunjukkan hubungan pada beberapa penelitian. (Kustin & Handayani, 2024) mengungkapkan bahwa pemahaman manfaat menjaga kesehatan reproduksi dan masa depan pendidikan mendorong remaja untuk menghindari pola perilaku seksual berisiko. Hasil ini sesuai dengan temuan penelitian (Sovianti, 2024) yang mendukung gagasan bahwa manfaat merupakan kekuatan pendorong untuk pencegahan.

Selain itu, (Siregar, 2024) juga menemukan hubungan signifikan antara persepsi manfaat dan perilaku seks pranikah remaja. Penelitian lainnya tidak meneliti atau tidak menemukan hubungan pada komponen ini.

Perceived Barriers (Persepsi Hambatan)

Berdasarkan urutan tabel, *perceived barriers* menunjukkan hubungan pada beberapa penelitian. (Maulana, 2022; Ningrum, 2021) mengidentifikasi hambatan berupa tekanan teman sebaya dan keterbatasan komunikasi dengan orang tua sebagai faktor penghambat utama perilaku pencegahan. Hasil ini diperkuat oleh (Santoso & Sulistyowati, 2024; Sovianti, 2024)

yang menegaskan bahwa hambatan sosial dan lingkungan berpengaruh terhadap keputusan remaja.

Secara konseptual, (Siregar, 2024) menjelaskan bahwa perilaku pencegahan muncul ketika hambatan yang dirasakan dapat diatasi. Sementara itu, (Khalissha Muthia, 2025; Kustin & Handayani, 2024) tidak menunjukkan hubungan langsung pada komponen ini.

Cues to Action (Isyarat untuk Bertindak)

Komponen *cues to action* berdasarkan tabel menunjukkan adanya hubungan pada beberapa penelitian. (Ningrum, 2021; Tasnim et al., 2019) menemukan bahwa paparan informasi kesehatan reproduksi berperan sebagai pemicu awal perilaku pencegahan. Selanjutnya, (Kustin & Handayani, 2024; Sovianti, 2024) menekankan pentingnya peran sekolah, keluarga, dan media sebagai sumber petunjuk bertindak.

Temuan ini diperkuat oleh (Siregar, 2024) yang menyatakan bahwa dukungan lingkungan meningkatkan respons remaja terhadap upaya pencegahan. Adapun (Khalissha Muthia, 2025; Santoso & Sulistyowati, 2024) tidak secara empiris meneliti hubungan komponen ini.

Self-Efficacy (Kepercayaan Diri untuk Bertindak)

Pada komponen *self-efficacy*, hubungan ditunjukkan oleh (Maulana, 2022; Ningrum, 2021) yang menemukan bahwa keyakinan remaja terhadap kemampuan menolak perilaku seksual berisiko berperan dalam pencegahan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Siregar, 2024; Sovianti, 2024) yang menegaskan bahwa efikasi diri merupakan faktor penting dalam mempertahankan perilaku pencegahan. Penelitian lain tidak meneliti atau tidak menemukan hubungan signifikan pada komponen ini.

Integrasi Temuan Penelitian dengan Model HBM

Secara keseluruhan, integrasi keenam komponen HBM mengindikasikan bahwa upaya pencegahan perilaku seksual berisiko pada remaja merupakan hasil interaksi antara persepsi kerentanan dan keparahan sebagai pembentuk kesadaran risiko, persepsi manfaat dan hambatan sebagai dasar pertimbangan rasional, serta *cues to action* dan *self-efficacy* sebagai pendorong tindakan pencegahan. Integrasi ini menegaskan bahwa intervensi promosi kesehatan perlu disusun secara komprehensif dengan mengacu pada komponen HBM yang terbukti berhubungan berdasarkan hasil penelitian dalam tabel.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil *systematic literature review* menunjukkan bahwa seluruh komponen utama HBM memiliki relevansi dalam menjelaskan perilaku seksual pranikah pada remaja. Persepsi kerentanan berperan sebagai faktor yang paling konsisten berhubungan dengan perilaku seks pranikah. Selain itu, persepsi keparahan, persepsi hambatan, *cues to action*, dan *self-efficacy* juga menunjukkan keterkaitan yang signifikan pada sebagian besar penelitian. Sebaliknya, persepsi manfaat memiliki kontribusi yang paling lemah dan tidak konsisten.

Integrasi temuan menunjukkan bahwa perilaku seks pranikah pada remaja dipengaruhi oleh kombinasi persepsi risiko individu, dukungan dan tekanan lingkungan, serta keyakinan diri dalam mengendalikan perilaku. Oleh karena itu, intervensi promosi kesehatan remaja perlu dirancang secara komprehensif dengan menekankan peningkatan kesadaran risiko, penguatan efikasi diri, serta penciptaan lingkungan sosial yang mendukung perilaku seksual yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta atas bantuan mereka dalam mempersiapkan makalah ini. Untuk menyelesaikan penelitian ini dengan efektif, rasa terima kasih juga diberikan kepada dosen pembimbing, rekan mahasiswa, dan semua pihak yang telah membantu dalam pencarian, analisis, dan evaluasi literatur. Penulis berharap penelitian ilmiah ini akan meningkatkan pemahaman kita tentang promosi kesehatan dan menjadi panduan dalam upaya pencegahan seks pranikah di kalangan remaja Indonesia.

DAFTAR REFERENSI

- Aima, S., & Erwandi, D. (2023). Determinan Perilaku Seksual Pada Remaja di Indonesia : Sistematis Review. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 85. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.2.85-93>
- Debbiyantina, Syaripah, R., Marlina, E. D., & Sholihat, S. (2024). PENGARUH EDUKASI PERILAKU SEKS BERESIKO TERHADAP SIKAP DAN NIAT PERILAKU SEKS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 39 CIJANTUNG DI JAKARTA TIMUR TAHUN 2023. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.36082/jmswh>.
- Goretti, S., Widowati, L. P., & Wardani, D. W. K. K. (2025). SEKS PRANIKAH DI KALANGAN REMAJA: PERAN PENGETAHUAN REPRODUKSI DAN KECERDASAN EMOSIONAL. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 9(2), 21–27.
- Khalissha Muthia. (2025). *ANALISIS PERSEPSI REMAJA TERHADAP UPAYA PENCEGAHAN SEKS PRANIKAH DI SMA NEGERI 2 LAHAT*.

- Kustin, & Handayani, Y. (2024). Health Belief Model Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Seks Bebas pada Remaja. *ARTERI: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(3), 40–47.
- Maulana, T. N. (2022). *ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU SEKSUAL REMAJA BERBASIS THEORY HEALTH BELIEF MODEL DI SMA NEGERI 10 DI SURABAYA*.
- Ningrum, P. (2021). The risk sexual behavior of adolescents reviewed based on Health belief model. *JURNAL NERS DAN KEBIDANAN INDONESIA*, 9(4), 280–289.
- Pratiwi, L., Dayaningsih, D., Liswanti, Y., Damayanti, D. F., & Putri, R. S. W. (2023). *Penyakit Menular Seksual*.
https://www.google.co.id/books/edition/Penyakit_Menular_Seksual/voXrEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=0
- Santoso, L. H., & Sulistyowati, M. (2024). Determinan Perilaku Seks Pranikah Remaja berdasarkan Teori Health Belief Model (HBM) Determinants of Adolescent Premarital Sexual Behavior based on the Theory of Health Belief Model (HBM). *Media Gizi Kesmas*, 13(2), 810–815.
- Siregar, A. (2024). INTERNATIONAL JOURNAL OF MEDICAL SCIENCE AND PUBLIC HEALTH DECIPHERING FREE SEXUAL BEHAVIOR : A HEALTH BELIEF MODEL INTERNATIONAL JOURNAL OF MEDICAL SCIENCE AND PUBLIC HEALTH. *International Journal of Medical Science and Public Health Research*, 05(04), 14–19.
- Sovianti, R. (2024). *ANALISIS MODEL KEYAKINAN KESEHATAN UNTUK PENCEGAHAN SEKS BEBAS PADA REMAJA*.
- Tasnim, T., Sila, A., Patadjai, R. S., Sunarsih, Saafi, L. O., Idrus, M., & Saraswati, P. S. (2019). FREE SEX BEHAVIORAL FACTORS BASED ON THE HEALTH BELIEF: A STUDY IN TEENAGERS IN MUNA, INDONESIA Tasnim. *Indonesian Journal of Health Sciences Resarch and Development (IJHSRD)*, 1(1), 22–31.
- Wahyuni, Y. F., Fitriani, A., Fatiyani, & Mawarni, S. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dengan Perilaku Seks Pranikah di Desa Kampung Jawa Lama Kota Lhokseumawe. *Media Informasi*, 19(1), 90–96. <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.57>
- WHO. (2024). *Mentransformasi Kesehatan Remaja: Laporan Komprehensif WHO tentang Kemajuan dan Kesenjangan Global*. World Health Organization.
<https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-11-2024-transforming-adolescent-health--who-s-comprehensive-report-on-global-progress-and-gaps>