

Efektivitas Intervensi Peer Education sebagai Strategi Pencegahan Pergaulan Bebas pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi

The effectiveness of peer education intervention as a preventive strategy for risky social behavior among university students

Sriyana*, Efrata, Silvia Arianti, Resviya, Rosmawiah

Universitas PGRI Palangka Raya, Indonesia

* riyanupp72@gmail.com (Primary Contact)

ABSTRACT

Keywords

peer education, risky social behavior, university students, health education intervention, preventive education

Article History

Received: 2026-04-11
Accepted: 2026-05-05

This study aims to examine the effectiveness of peer education-based counseling in preventing risky social behavior among university students at Universitas PGRI Palangka Raya. A quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest–posttest design was employed, involving 50 students selected through purposive sampling. Data were collected using questionnaires, observation, and documentation, and analyzed using descriptive statistics. The findings revealed a significant improvement in students' knowledge and attitudes after the intervention. The mean score increased from 59.86 (pre-test) to 81.74 (post-test), indicating an overall improvement of approximately 36.6%. In addition, knowledge increased by 24% and attitudes by 22%. These results demonstrate that peer education is highly effective due to social proximity, interactive learning methods, and peer influence. However, several challenges were identified, including limited time, varying levels of participant understanding, and limited learning facilities. Overall, this study highlights the potential of peer education as a sustainable and participatory strategy for preventing risky behavior in higher education settings.

Copyright © 2026, Sriyana et al.
Published by MAN 4 Kota Pekanbaru
DOI: [10.56113/takuana.v5i1.471](https://doi.org/10.56113/takuana.v5i1.471)

1. PENDAHULUAN

Fenomena pergaulan bebas di kalangan remaja dan mahasiswa merupakan salah satu permasalahan sosial yang semakin kompleks di era globalisasi. Pergaulan bebas sering dikaitkan dengan perilaku berisiko seperti seks pranikah, penyalahgunaan alkohol, serta pelanggaran norma sosial dan agama. Perubahan sosial yang cepat, kemajuan teknologi informasi, serta akses tanpa batas terhadap media digital menjadi faktor utama yang mempengaruhi perilaku remaja saat ini. Menurut Ghelbash et al. (2024), perilaku berisiko pada remaja merupakan fenomena global yang dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu dan lingkungan sosial. Dalam konteks Indonesia, kondisi ini diperkuat oleh

lemahnya kontrol sosial serta rendahnya literasi kesehatan reproduksi di kalangan remaja dan mahasiswa (Nursalam et al., 2020). Oleh karena itu, pergaulan bebas menjadi isu strategis yang perlu mendapatkan perhatian serius dari berbagai pihak, termasuk institusi pendidikan tinggi.

Mahasiswa sebagai kelompok usia remaja akhir berada pada fase perkembangan yang ditandai dengan pencarian jati diri dan kebutuhan akan penerimaan sosial. Pada fase ini, individu cenderung lebih mudah terpengaruh oleh lingkungan pergaulan, khususnya teman sebaya. Van Hoorn et al. (2017) menjelaskan bahwa keberadaan teman sebaya dapat meningkatkan kecenderungan individu untuk mengambil keputusan berisiko. Hal ini diperkuat oleh Sarwono (2016) yang menyatakan bahwa remaja memiliki kebutuhan tinggi untuk diterima dalam kelompok sosialnya sehingga cenderung mengikuti norma kelompok, termasuk perilaku yang menyimpang. Kondisi ini menjadikan mahasiswa sebagai kelompok yang rentan terhadap pergaulan bebas.

Pengaruh teman sebaya menjadi faktor dominan dalam membentuk perilaku remaja dan mahasiswa. Telzer (2015) menunjukkan bahwa interaksi sosial dalam kelompok sebaya dapat meningkatkan kecenderungan perilaku berisiko. Dalam konteks Indonesia, penelitian oleh Putri dan Setiawan (2019) menemukan bahwa tekanan teman sebaya memiliki hubungan signifikan dengan perilaku seksual berisiko pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa norma kelompok memiliki pengaruh besar terhadap perilaku individu. Oleh karena itu, intervensi yang melibatkan kelompok sebaya menjadi penting dalam upaya pencegahan pergaulan bebas. Selain itu, waktu yang dihabiskan bersama teman sebaya tanpa pengawasan juga berkontribusi terhadap peningkatan perilaku menyimpang. Lipperman-Kreda et al. (2017) menyatakan bahwa interaksi bebas dengan teman sebaya meningkatkan kemungkinan munculnya perilaku berisiko. Dalam konteks lokal, penelitian oleh Lestari et al. (2020) menunjukkan bahwa kurangnya pengawasan orang tua dan lingkungan kampus yang permisif turut memperkuat perilaku pergaulan bebas pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku mahasiswa.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi merupakan salah satu strategi efektif dalam mencegah perilaku pergaulan bebas. Di Dio et al. (2023) menyatakan bahwa edukasi mampu mempengaruhi proses pengambilan keputusan remaja dalam menghadapi tekanan sosial. Di Indonesia, penelitian oleh Tualeka dan Widajati (2018) menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan reproduksi mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap perilaku sehat. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi memiliki peran penting dalam pencegahan perilaku berisiko.

Salah satu pendekatan yang dinilai efektif dalam intervensi remaja adalah *peer education* atau edukasi sebaya. Pendekatan ini memanfaatkan pengaruh positif teman sebaya dalam menyampaikan informasi dan membentuk norma sosial. Veenstra dan Wijnen (2022) menyatakan bahwa intervensi berbasis teman sebaya mampu menciptakan perubahan perilaku yang lebih efektif dibandingkan metode konvensional. Dalam konteks Indonesia, penelitian oleh Owa et al. (2020) menunjukkan bahwa *peer education* efektif dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap kesehatan reproduksi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan ini relevan untuk diterapkan pada mahasiswa. Efektivitas *peer education* juga telah dibuktikan dalam berbagai penelitian empiris. Veenstra (2025) menyatakan bahwa intervensi berbasis *peer-led* mampu mengubah perilaku remaja secara signifikan. Selain itu, penelitian oleh Ismail dan Taufik (2021) di Indonesia menunjukkan

bahwa program *peer education* mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap mahasiswa terhadap perilaku sehat. Dengan demikian, pendekatan *peer education* memiliki potensi besar dalam pencegahan pergaulan bebas.

Namun demikian, permasalahan pergaulan bebas di kalangan mahasiswa masih menjadi tantangan yang serius. Banyak mahasiswa yang masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai risiko pergaulan bebas serta kurang memiliki keterampilan dalam menolak tekanan sosial. Penelitian oleh Putri dan Setiawan (2019) menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih memiliki persepsi permisif terhadap perilaku seksual pranikah. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang ada belum sepenuhnya efektif. Berdasarkan kajian literatur, terdapat kesenjangan antara efektivitas *peer education* secara teoritis dengan implementasinya di lingkungan kampus. Sebagian besar program masih bersifat konvensional dan belum melibatkan mahasiswa secara aktif sebagai agen perubahan. Nursalam et al. (2020) menyatakan bahwa program edukasi yang tidak partisipatif cenderung memiliki dampak yang terbatas. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih inovatif dan berbasis partisipasi mahasiswa.

Selain itu, keterbatasan program edukasi yang berkelanjutan juga menjadi permasalahan dalam pencegahan pergaulan bebas. Banyak program yang hanya dilakukan sekali tanpa tindak lanjut, sehingga dampaknya tidak bertahan lama. Lestari et al. (2020) menyatakan bahwa keberlanjutan program merupakan faktor penting dalam perubahan perilaku. Oleh karena itu, diperlukan program yang dirancang secara sistematis dan berkelanjutan. Dengan demikian, penyuluhan berbasis *peer education* menjadi sangat penting untuk diterapkan dalam lingkungan kampus. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk norma sosial yang positif di kalangan mahasiswa. *Peer education* memungkinkan mahasiswa untuk saling mempengaruhi secara positif dan menjadi agen perubahan dalam kelompoknya.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan berbasis *peer education* di Universitas PGRI Palangka Raya menjadi relevan untuk dilaksanakan. Program ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan sikap mahasiswa terhadap bahaya pergaulan bebas serta menjadi model intervensi yang efektif dan berkelanjutan di lingkungan kampus. Rumusan masalah dalam kegiatan ini difokuskan pada bagaimana efektivitas penyuluhan berbasis *peer education* dalam mencegah pergaulan bebas pada mahasiswa di Universitas PGRI Palangka Raya. Selain itu, kegiatan ini juga mengkaji sejauh mana perubahan tingkat pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah mengikuti penyuluhan. Di tahap akhir, penulis juga melakukan identifikasi faktor pendukung dan kendala yang dihadapi dalam implementasi program penyuluhan berbasis *peer education* di lingkungan universitas.

2. METODE

2.1. Desain dan Subjek Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-experimental* berupa *one group pretest-posttest design*. Desain ini dipilih karena sesuai dengan tujuan kegiatan yang berfokus pada evaluasi awal terhadap efektivitas intervensi dalam konteks pengabdian masyarakat yang memiliki keterbatasan dalam pembentukan kelompok kontrol. Selain itu, pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk membandingkan kondisi sebelum dan sesudah intervensi secara langsung dalam satu

kelompok yang sama, sehingga perubahan yang terjadi dapat teridentifikasi secara praktis dan kontekstual.

Desain penelitian dirumuskan sebagai O_1-X-O_2 , di mana O_1 merupakan pengukuran awal (pre-test), X adalah intervensi berupa penyuluhan berbasis *peer education*, dan O_2 adalah pengukuran akhir (post-test). Meskipun demikian, desain ini memiliki keterbatasan dalam validitas internal, karena tidak adanya kelompok kontrol yang dapat digunakan sebagai pembanding. Oleh karena itu, perubahan yang terjadi tidak sepenuhnya dapat diatribusikan hanya pada intervensi, melainkan juga berpotensi dipengaruhi oleh faktor lain seperti history (peristiwa eksternal selama intervensi) dan maturation (perubahan alami pada peserta). Keterbatasan ini menjadi pertimbangan dalam interpretasi hasil dan akan dibahas lebih lanjut pada bagian pembahasan.

2.2. Prosedur Pelaksanaan dan Pendekatan *Peer Education*

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *peer education*, yaitu melibatkan mahasiswa sebagai *peer educator* yang bertugas menyampaikan materi kepada teman sebayanya. Proses ini diawali dengan seleksi 5-10 mahasiswa sebagai *peer educator*, dilanjutkan dengan pelatihan terkait materi, teknik komunikasi, dan fasilitasi. Selanjutnya, *peer educator* melaksanakan penyuluhan dengan pendampingan dari tim pelaksana. Pendekatan ini dipilih karena adanya kedekatan psikologis dan sosial antar mahasiswa yang dapat meningkatkan efektivitas komunikasi dan penerimaan materi.

Pelaksanaan kegiatan terdiri dari tiga tahap utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan penyusunan materi penyuluhan, pengembangan instrumen penelitian, koordinasi dengan pihak kampus, serta persiapan media pembelajaran seperti PPT, video, dan leaflet. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, simulasi (*role play*), dan sesi tanya jawab. Materi yang disampaikan meliputi pengertian pergaulan bebas, dampak sosial dan kesehatan, faktor penyebab seperti tekanan teman sebaya dan media sosial, serta strategi pencegahan dan pengendalian diri. Tahap evaluasi dilakukan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test, observasi partisipasi mahasiswa selama kegiatan, refleksi kegiatan, serta dokumentasi sebagai bukti pelaksanaan program.

2.3. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Data dalam kegiatan ini dikumpulkan melalui kuesioner, observasi, dan dokumentasi. Kuesioner digunakan untuk mengukur aspek pengetahuan dan sikap mahasiswa sebelum dan sesudah intervensi. Aspek pengetahuan diukur menggunakan soal pilihan ganda yang mencakup pemahaman tentang pergaulan bebas, dampak negatif, dan faktor penyebab, sedangkan aspek sikap diukur menggunakan skala Likert (1-5) yang mencerminkan sikap penolakan terhadap perilaku menyimpang, kesadaran diri, dan kemampuan memilih lingkungan pergaulan. Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dengan menghitung skor pre-test dan post-test, nilai rata-rata (mean), serta persentase peningkatan menggunakan rumus:

$$\text{Peningkatan} = ((\text{Post} - \text{Pre}) / \text{Pre}) \times 100\%$$

Kegiatan dinyatakan berhasil apabila terjadi peningkatan skor minimal sebesar 20%, minimal 80% peserta menunjukkan sikap positif, serta peserta terlibat aktif selama

kegiatan berlangsung. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini juga memperhatikan aspek etika penelitian, yaitu partisipasi bersifat sukarela, menjaga kerahasiaan data responden, serta menggunakan *informed consent* sebelum kegiatan dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Efektivitas Intervensi *Peer Education* dalam Pencegahan Pergaulan Bebas

Berdasarkan hasil angket yang diberikan kepada 50 peserta penyuluhan, diperoleh data statistik deskriptif sebagaimana disajikan pada Tabel 1. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai rata-rata (mean) pre-test sebesar 59,86 meningkat menjadi 81,74 pada post-test. Selain itu, terjadi peningkatan pada nilai minimum dari 50 menjadi 69, serta nilai maksimum dari 69 menjadi 94. Standar deviasi juga mengalami peningkatan dari 5,42 menjadi 7,02, yang menunjukkan adanya variasi pemahaman peserta setelah intervensi. Secara umum, terjadi peningkatan skor rata-rata sebesar $\pm 36,6\%$, yang menunjukkan adanya perubahan yang cukup signifikan pada tingkat pemahaman dan sikap mahasiswa setelah mengikuti penyuluhan berbasis *peer education*.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Pre-Test dan Post-Test (n=50)

Statistik	Pre-Test	Post-Test
Mean	59,86	81,74
Min	50	69
Max	69	94
Std Dev	5,42	7,02

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan berbasis *peer education* mampu meningkatkan skor rata-rata mahasiswa dari 59,86 menjadi 81,74 setelah intervensi dilakukan. Peningkatan sebesar 36,6% ini menunjukkan bahwa pendekatan yang digunakan berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan penelitian Veenstra & Wijnen (2022) yang menyatakan bahwa intervensi berbasis teman sebaya efektif dalam membentuk norma sosial yang positif dalam kelompok remaja. Selain itu, hasil ini juga konsisten dengan penelitian Ismail dan Taufik (2021) yang menemukan bahwa *peer education* mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap mahasiswa terhadap perilaku sehat.

Jika dibandingkan dengan beberapa studi lain, tingkat peningkatan dalam penelitian ini tergolong relatif lebih tinggi. Hal ini dimungkinkan karena pendekatan yang digunakan tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga interaktif melalui diskusi kelompok, simulasi, dan *role play*. Keterlibatan aktif peserta dalam proses pembelajaran berkontribusi terhadap pemahaman yang lebih mendalam. Dengan demikian, efektivitas yang diperoleh dalam penelitian ini tidak hanya dipengaruhi oleh pendekatan *peer education* itu sendiri, tetapi juga oleh metode implementasi yang partisipatif dan kontekstual. Efektivitas program juga dipengaruhi oleh metode penyuluhan yang digunakan.

Dalam kegiatan ini, metode yang digunakan meliputi diskusi kelompok, simulasi, dan *role play*. Metode ini memberikan pengalaman belajar yang lebih nyata bagi mahasiswa. Menurut *Dale's Cone of Experience*, pembelajaran yang melibatkan pengalaman langsung memiliki tingkat retensi yang lebih tinggi dibandingkan metode pasif. Dengan adanya keterlibatan aktif, mahasiswa tidak hanya menerima informasi tetapi juga mempraktikkan

nilai-nilai yang dipelajari. Hal ini meningkatkan pemahaman dan kesadaran mahasiswa terhadap bahaya pergaulan bebas. Oleh karena itu, metode yang digunakan menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan program. Selain itu, peningkatan yang terjadi secara merata menunjukkan bahwa program ini efektif untuk berbagai latar belakang mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan *peer education* bersifat inklusif dan dapat menjangkau berbagai kelompok. Menurut Ismail & Taufik (2021), *peer education* mampu meningkatkan pengetahuan mahasiswa secara luas tanpa memandang latar belakang sosial. Hal ini memperkuat bahwa pendekatan ini dapat diterapkan dalam skala yang lebih besar. Dengan demikian, program ini memiliki potensi untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai model intervensi di lingkungan kampus.



Efektivitas penyuluhan juga dipengaruhi oleh faktor psikologis mahasiswa. Mahasiswa cenderung lebih nyaman berdiskusi dengan teman sebaya dibandingkan dengan dosen atau tenaga ahli. Hal ini disebabkan oleh adanya kesamaan pengalaman dan bahasa komunikasi. Menurut Sarwono (2016), remaja memiliki kecenderungan untuk lebih terbuka kepada kelompok sebaya. Kondisi ini membuat proses penyampaian informasi menjadi lebih efektif. Karenanya, *peer education* menjadi strategi yang tepat dalam menjangkau mahasiswa. Efektivitas program ini tidak hanya diukur dari peningkatan skor, tetapi juga dari perubahan kesadaran jangka panjang. Nursalam et al. (2020) menyatakan bahwa perubahan perilaku memerlukan proses yang berkelanjutan. Oleh karena itu, program ini perlu dikembangkan menjadi kegiatan rutin di lingkungan kampus. Dengan adanya penguatan secara berkala, diharapkan perubahan yang terjadi dapat bertahan dalam jangka panjang.

3.2. Perubahan Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Pasca Intervensi

Hasil analisis menunjukkan adanya perubahan pada aspek pengetahuan dan sikap mahasiswa setelah mengikuti penyuluhan berbasis *peer education*, sebagaimana disajikan pada Tabel 2. Secara kuantitatif, tingkat pengetahuan meningkat dari 60% menjadi 84% (peningkatan sebesar 24%), sedangkan aspek sikap meningkat dari 58% menjadi 80% (peningkatan sebesar 22%).

Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan mampu memberikan dampak signifikan terhadap pemahaman dan sikap mahasiswa terkait pergaulan bebas. Sebelum intervensi, sebagian besar mahasiswa memiliki pemahaman

yang terbatas dan cenderung memandang pergaulan bebas sebagai fenomena yang wajar dalam lingkungan sosial. Namun setelah mengikuti penyuluhan, mahasiswa mulai memahami bahwa pergaulan bebas memiliki konsekuensi serius terhadap kesehatan fisik, psikologis, dan sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian Di Dio et al. (2023) yang menyatakan bahwa edukasi berperan penting dalam meningkatkan kemampuan individu dalam memahami risiko serta mengambil keputusan yang lebih rasional. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang terjadi dalam penelitian ini dapat menjadi indikator awal keberhasilan program dalam membentuk kesadaran mahasiswa terhadap perilaku berisiko.

Tabel 2. Perubahan Pengetahuan dan Sikap

Aspek	Pre (%)	Post (%)	Peningkatan
Pengetahuan	60	84	+24
Sikap	58	80	+22

Perubahan pengetahuan yang terjadi tidak hanya bersifat kuantitatif, tetapi juga kualitatif. Mahasiswa tidak hanya mengetahui definisi pergaulan bebas, tetapi juga memahami secara mendalam dampak jangka panjang yang ditimbulkan. Hal ini terlihat dari kemampuan mahasiswa dalam menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan selama penyuluhan. Menurut Nursalam et al. (2020), peningkatan pengetahuan yang berkualitas ditandai dengan kemampuan individu dalam menginternalisasi informasi dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, penyuluhan berbasis *peer education* mampu menciptakan proses pembelajaran yang bermakna. Dengan demikian, perubahan pengetahuan yang terjadi menunjukkan adanya peningkatan kualitas pemahaman mahasiswa.

Perubahan yang signifikan juga terjadi pada aspek sikap mahasiswa terhadap pergaulan bebas. Setelah mengikuti penyuluhan, mahasiswa menunjukkan sikap yang lebih tegas dalam menolak perilaku yang menyimpang dari norma sosial dan nilai moral. Hal ini ditunjukkan dengan meningkatnya skor sikap pada post-test yang mencerminkan adanya perubahan pada aspek afektif. Menurut Sarwono (2016), sikap individu dipengaruhi oleh pengalaman belajar dan lingkungan sosial yang membentuk persepsi dan nilai. Dalam kegiatan ini, pengalaman belajar yang diperoleh melalui interaksi dengan teman sebaya menjadi faktor penting dalam membentuk sikap mahasiswa. Dengan demikian, penyuluhan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membentuk nilai dan sikap yang positif. Dalam perspektif pengaruh sosial, di mana individu cenderung menyesuaikan sikap dan perilakunya dengan norma kelompok. Dalam konteks *peer education*, mahasiswa menerima informasi dari teman sebaya yang memiliki kedudukan sosial yang setara, sehingga lebih mudah diterima. Menurut Veenstra & Wijnen (2022), pengaruh teman sebaya memiliki peran yang signifikan dalam membentuk norma sosial dalam kelompok remaja. Hal ini membuat mahasiswa lebih terbuka dalam menerima pesan yang disampaikan. Dengan demikian, perubahan sikap yang terjadi merupakan hasil dari interaksi sosial yang berlangsung selama penyuluhan.

Perubahan pengetahuan dan sikap juga dapat dijelaskan melalui model KAP (*Knowledge-Attitude-Practice*). Model ini menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan akan mempengaruhi sikap, yang pada akhirnya akan berdampak pada perubahan perilaku. Nursalam et al. (2020) menegaskan bahwa edukasi preventif merupakan langkah awal dalam membentuk perilaku sehat. Dalam kegiatan ini, penyuluhan berfungsi sebagai

stimulus yang mendorong perubahan pada aspek kognitif dan afektif mahasiswa. Dengan meningkatnya pengetahuan, mahasiswa menjadi lebih sadar akan risiko pergaulan bebas, sehingga sikap mereka menjadi lebih positif. Hal ini menunjukkan bahwa model KAP relevan dalam menjelaskan hasil penelitian ini. Perubahan ini menunjukkan bahwa mahasiswa mulai memiliki kesadaran untuk menjaga diri dalam pergaulan. Kesadaran ini ditunjukkan dengan meningkatnya kemampuan mahasiswa dalam menolak ajakan negatif dari lingkungan sosial. Menurut Bandura dalam teori *self-efficacy*, individu yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya akan lebih mampu mengontrol perilakunya. Dalam kegiatan ini, penyuluhan berbasis *peer education* membantu meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa dalam menghadapi tekanan sosial. Dengan demikian, perubahan sikap yang terjadi juga berkaitan dengan peningkatan *self-efficacy* mahasiswa.

Perubahan pengetahuan dan sikap tidak selalu berlangsung secara merata pada seluruh peserta. Beberapa mahasiswa menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan yang lain. Hal ini dipengaruhi oleh faktor individu seperti motivasi, pengalaman, dan latar belakang pendidikan. Sulastri (2024) menyatakan bahwa perbedaan karakteristik individu dapat mempengaruhi respons terhadap intervensi edukatif. Oleh karena itu, dalam pelaksanaan penyuluhan perlu diperhatikan pendekatan yang lebih adaptif dan personal. Hal ini penting untuk memastikan bahwa seluruh peserta dapat memperoleh manfaat yang optimal dari kegiatan yang dilakukan. Perubahan yang terjadi juga menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki potensi untuk menjadi agen perubahan dalam lingkungan sosialnya. Dengan pengetahuan dan sikap yang positif, mahasiswa dapat menyebarkan informasi kepada teman sebaya dan membentuk norma sosial yang sehat. Menurut Ismail dan Taufik (2021), mahasiswa yang memiliki pemahaman yang baik dapat berperan sebagai *peer educator* dalam lingkungan sosialnya. Hal ini menunjukkan bahwa dampak penyuluhan tidak hanya bersifat individual, tetapi juga kolektif. Dengan demikian, program ini memiliki potensi untuk menciptakan perubahan sosial yang lebih luas.

Meskipun hasil menunjukkan adanya perubahan yang signifikan, perlu diakui bahwa perubahan perilaku memerlukan waktu dan proses yang berkelanjutan. Wendra (2025) menyatakan bahwa perubahan perilaku tidak dapat terjadi secara instan, tetapi memerlukan penguatan secara terus-menerus. Oleh karena itu, penyuluhan perlu dilakukan secara berkelanjutan agar dampaknya dapat bertahan dalam jangka panjang. Hal ini menunjukkan bahwa keberlanjutan program menjadi faktor penting dalam keberhasilan intervensi. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan berbasis *peer education* mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap mahasiswa secara signifikan. Peningkatan ini didukung oleh metode penyuluhan yang interaktif, peran teman sebaya, serta relevansi materi yang disampaikan. Dengan dukungan teori dan penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa *peer education* merupakan strategi yang efektif dalam membentuk kesadaran dan sikap positif mahasiswa terhadap pencegahan pergaulan bebas.

3.3. Faktor Pendukung dan Kendala Implementasi *Peer Education*

Hasil analisis terhadap data menunjukkan bahwa faktor pendukung dan kendala dalam pelaksanaan penyuluhan berbasis *peer education* di Universitas PGRI Palangka Raya bervariasi, sebagaimana disajikan pada Tabel 3. Faktor pendukung utama didominasi oleh pengaruh teman sebaya (35%), diikuti oleh metode interaktif (25%) dan motivasi peserta (20%). Sementara itu, kendala yang dihadapi meliputi keterbatasan waktu (10%) dan variasi tingkat pemahaman peserta (10%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor pendukung utama dalam pelaksanaan penyuluhan berbasis *peer education* adalah kuatnya pengaruh teman sebaya dalam membentuk perilaku mahasiswa. Dalam konteks ini, mahasiswa cenderung lebih terbuka dan menerima informasi yang disampaikan oleh teman sebayanya dibandingkan oleh otoritas formal seperti dosen atau tenaga ahli. Hal ini sejalan dengan teori pengaruh sosial yang menyatakan bahwa individu lebih mudah dipengaruhi oleh kelompok yang memiliki kesamaan status dan pengalaman. Menurut Veenstra (2025), pengaruh teman sebaya dapat menjadi kekuatan positif dalam membentuk norma sosial yang sehat. Dalam kegiatan ini, keberadaan *peer educator* menjadi faktor kunci yang mendorong keberhasilan program. Dengan demikian, faktor kedekatan sosial menjadi kekuatan utama dalam implementasi penyuluhan berbasis *peer education*.

Tabel 3. Faktor Pendukung dan Kendala

Faktor	Persentase
Dukungan teman sebaya	35%
Metode interaktif	25%
Motivasi peserta	20%
Keterbatasan waktu	10%
Variasi pemahaman	10%

Metode penyuluhan yang interaktif juga menjadi faktor pendukung yang signifikan dalam keberhasilan program. Penggunaan metode seperti diskusi kelompok, *role play*, dan simulasi memungkinkan mahasiswa untuk terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini meningkatkan pemahaman dan keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Menurut *Dale's Cone of Experience*, pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif memiliki tingkat retensi yang lebih tinggi dibandingkan metode pasif. Dalam kegiatan ini, mahasiswa tidak hanya menjadi pendengar, tetapi juga berperan sebagai peserta aktif yang berkontribusi dalam diskusi. Dengan demikian, metode yang digunakan memberikan dampak positif terhadap efektivitas penyuluhan.

Faktor pendukung lainnya adalah motivasi internal mahasiswa dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Sebagian besar mahasiswa menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung, yang ditunjukkan melalui partisipasi aktif dalam diskusi dan tanya jawab. Motivasi ini menjadi faktor penting dalam keberhasilan proses pembelajaran. Menurut teori motivasi belajar, individu yang memiliki motivasi tinggi akan lebih mudah menerima dan memahami informasi yang diberikan. Dalam konteks ini, penyuluhan berbasis *peer education* mampu meningkatkan motivasi mahasiswa karena disampaikan dengan pendekatan yang lebih santai dan relevan dengan kehidupan mereka. Oleh karena itu, motivasi peserta menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan program.

Di sisi lain, terdapat beberapa kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan penyuluhan berbasis *peer education*. Salah satu kendala utama adalah keterbatasan waktu pelaksanaan kegiatan. Waktu yang terbatas menyebabkan materi yang disampaikan tidak dapat dibahas secara mendalam. Hal ini berdampak pada pemahaman sebagian mahasiswa yang masih belum optimal. Menurut Lura & Sampelolo (2023), keterbatasan waktu merupakan hambatan umum dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Oleh karena itu, perencanaan waktu yang lebih baik diperlukan untuk meningkatkan efektivitas kegiatan. Variasi tingkat pemahaman mahasiswa juga menjadi kendala dalam pelaksanaan program.

Mahasiswa yang menjadi peserta memiliki latar belakang pengetahuan dan pengalaman yang berbeda-beda, sehingga memiliki kemampuan yang tidak seragam dalam menerima materi. Sulastris (2024) menyatakan bahwa heterogenitas peserta dapat mempengaruhi efektivitas penyampaian materi. Dalam kegiatan ini, beberapa mahasiswa mampu memahami materi dengan cepat, sementara yang lain membutuhkan penjelasan tambahan. Kondisi ini menuntut fasilitator untuk menggunakan pendekatan yang lebih fleksibel. Dengan demikian, variasi pemahaman menjadi tantangan dalam implementasi penyuluhan.

Kendala lain yang ditemukan adalah kurangnya partisipasi aktif dari sebagian mahasiswa. Meskipun sebagian besar peserta menunjukkan antusiasme, masih terdapat beberapa mahasiswa yang cenderung pasif selama kegiatan berlangsung. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor psikologis seperti kurangnya kepercayaan diri atau rasa malu untuk berpendapat. Menurut Siregar (2020), partisipasi aktif merupakan indikator penting dalam keberhasilan penyuluhan. Oleh karena itu, diperlukan strategi untuk meningkatkan keterlibatan seluruh peserta. Selain itu, keterbatasan fasilitas dan media pembelajaran juga menjadi kendala dalam pelaksanaan kegiatan. Media yang digunakan dalam penyuluhan masih terbatas pada presentasi dan video sederhana, sehingga belum sepenuhnya mampu menarik perhatian peserta. Menurut Saputra dan Widiyansyah (2023), penggunaan media yang menarik dan inovatif dapat meningkatkan efektivitas pembelajaran. Dalam konteks ini, pengembangan media berbasis digital dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kualitas penyuluhan. Dengan demikian, fasilitas dan media menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan program.

Kendala lain yang tidak kalah penting adalah kurangnya keberlanjutan program penyuluhan. Kegiatan yang dilakukan hanya sekali tanpa tindak lanjut dapat mengurangi dampak jangka panjang terhadap perubahan perilaku mahasiswa. Nursalam et al. (2020) menyatakan bahwa perubahan perilaku memerlukan intervensi yang berkelanjutan. Tanpa adanya penguatan, pengetahuan dan sikap yang telah terbentuk dapat mengalami penurunan seiring waktu. Oleh karena itu, diperlukan program lanjutan untuk memastikan keberlanjutan dampak penyuluhan. Selain faktor internal, dukungan institusi juga menjadi faktor yang mempengaruhi keberhasilan program. Dukungan dari pihak kampus dalam bentuk kebijakan, fasilitas, dan pendanaan sangat penting dalam pelaksanaan kegiatan. Nurmalita dan Megawati (2022) menyatakan bahwa kebijakan institusi memiliki peran penting dalam mendukung program pencegahan perilaku menyimpang. Tanpa dukungan yang memadai, program penyuluhan akan sulit dilaksanakan secara optimal. Dengan demikian, sinergi antara berbagai pihak menjadi kunci keberhasilan program.

Faktor pendukung dan kendala yang ditemukan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa implementasi penyuluhan berbasis *peer education* memiliki potensi yang besar, tetapi juga menghadapi berbagai tantangan. Faktor pendukung seperti pengaruh teman sebaya, metode interaktif, dan motivasi peserta menjadi kekuatan utama dalam keberhasilan program. Sementara itu, kendala seperti keterbatasan waktu, variasi pemahaman, partisipasi, fasilitas, dan keberlanjutan program perlu menjadi perhatian dalam pengembangan program ke depan. Dengan mengoptimalkan faktor pendukung dan mengatasi kendala yang ada, diharapkan program penyuluhan dapat memberikan dampak yang lebih efektif dan berkelanjutan dalam pencegahan pergaulan bebas di kalangan mahasiswa.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis *peer education* efektif dalam mencegah pergaulan bebas pada mahasiswa, yang ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata dari 59,86 menjadi 81,74 atau sebesar 36,6%. Selain itu, terjadi peningkatan pada aspek pengetahuan sebesar 24% dan sikap sebesar 22%, yang mengindikasikan adanya perubahan positif pada dimensi kognitif dan afektif mahasiswa. Efektivitas ini didukung oleh pengaruh teman sebaya, metode pembelajaran yang interaktif, serta keterlibatan aktif peserta dalam proses penyuluhan. Namun demikian, implementasi program masih menghadapi beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu, variasi tingkat pemahaman peserta, serta keterbatasan fasilitas dan keberlanjutan program. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan program yang lebih sistematis dan berkelanjutan agar dampak yang dihasilkan dapat bertahan dalam jangka panjang. Secara keseluruhan, *peer education* memiliki potensi sebagai strategi preventif yang efektif dan partisipatif dalam pencegahan pergaulan bebas di lingkungan perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Di Dio, C., et al. (2023). Virtual agents and risk-taking behavior in adolescence: The twofold nature of nudging. *Scientific Reports*, 13, 11242. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-38399-w>
- Ghelbash, Z., Alavi, M., Noroozi, M., & Far, M. M. (2024). Prevention and management of risky behaviors in adolescents, focusing on suicide, substance use, and risky sexual behaviors through empowerment programs: A narrative review. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 29(5), 515–521. <https://doi.org/10.4103/ijnmr.ijnmr.218.23>
- Ismail, F., & Taufik, A. (2021). Peer education model in preventing risky behavior of adolescents. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 16(1), 21–29.
- Lestari, J. F., Etika, R., & Lestari, P. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 141–149. <https://doi.org/10.22146/jkr.50967>
- Lipperman-Kreda, S., Finan, L. J., & Grube, J. W. (2017). Social and situational characteristics associated with adolescents' drinking. *Addictive Behaviors*, 83, 59–65. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2017.12.001>
- Nursalam, N., Efendi, F., & Tristiana, R. D. (2019). Factors associated with the quality of life of nursing students. *Nursing Forum*, 54(2), 149–156. <https://doi.org/10.1111/nuf.12312>
- Owa, K., Sekunda, M. S., & Budiana, I. (2020). Peer group education meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja putri. *Ovary Midwifery Journal*, 1(2), 60–68.
- Putri, R. M., & Setiawan, A. (2019). Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku seksual remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 123–130. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2019>
- Sarwono, S. W. (2016). *Psikologi remaja*. Rajawali Pers.

- Telzer, E. H. (2015). Quality of adolescents' peer relationships modulates neural sensitivity to risk taking. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 10(3), 389–398. <https://doi.org/10.1093/scan/nsu064>
- Tualeka, A. R., & Widajati, N. (2018). Upaya promosi kesehatan pada remaja melalui pendekatan edukasi. *Jurnal Promkes*, 6(1), 22–30. <https://doi.org/10.20473/jpk.v6i1.2018>
- Van Hoorn, J., Crone, E. A., & Van Leijenhorst, L. (2017). Hanging out with the right crowd: Peer influence on risk-taking behavior in adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 27(1), 189–200. <https://doi.org/10.1111/jora.12265>
- Veenstra, R. (2025). Harnessing peer influence: A summary and synthesis of social network and peer-led intervention research. *International Journal of Behavioral Development*, 50(2). <https://doi.org/10.1177/01650254251331201>
- Veenstra, R., & Wijnen, L. L. (2022). Peer network studies and interventions in adolescence. *Current Opinion in Psychology*, 44, 157–163. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.08.012>