

FAKTOR PENYEBAB DAN UPAYA PENANGANAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH REMAJA
Erin Wahyuning Febriana

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: erin.18040@mhs.unesa.ac.id

Titin Indah Pratiwi

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: titinindahpratiwi@unesa.ac.id

Abstrak

Setiap manusia akan melewati fase perkembangan dalam hidupnya, salah satunya fase remaja. BKKBN mendefinisikan remaja sebagai individu yang berada di rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah. Pada usia tersebut individu mengalami perubahan fisik dan psikologis yang mempengaruhi minat dan aktivitas seksualnya. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya banyak ditemukan kasus remaja melakukan perilaku seksual pranikah dengan berbagai alasan. Oleh karena itu, peneliti terdorong untuk mengkaji faktor apa saja yang menyebabkan remaja melakukan seks pranikah serta upaya penanganan untuk mengatasi tindakan tersebut. Metode yang digunakan adalah studi pustaka dengan mengumpulkan data dari hasil penelitian yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwasanya faktor penyebab remaja melakukan seks pranikah meliputi: status berpacaran, rendahnya pengetahuan, terpapar pornografi, pengaruh teman sebaya, dan rendahnya pengawasan orang tua. Adapun upaya preventif yang dapat dilakukan yaitu memberikan pendidikan seksual dan kesehatan reproduksi sedangkan upaya kuratif melalui konseling dengan pendekatan kognitif. Diharapkan dengan penelitian ini pihak keluarga, konselor, dan sekolah menjadi lebih tanggap menghadapi remaja yang mulai menunjukkan minat seksualnya agar tidak mudah terjerumus pada tindakan menyimpang.

Kata Kunci: perilaku seksual pranikah, remaja, faktor penyebab, upaya penanganan

Abstract

Every human being will go through a developmental phase in his life, one of which is the adolescent phase. BKKBN defines youth as individuals who are in the age range of 10-24 years and are not married. At that age, individuals experience physical and psychological changes that affect their sexual interest and activity. Based on research that has been done previously, there are many cases of teenagers engaging in premarital sexual behavior for various reasons. Therefore, researchers are encouraged to examine what factors cause adolescents to have premarital sex and the handling efforts to overcome these actions. The method used is literature study by collecting data from relevant research results. The results showed that the factors that caused teenagers to have premarital sex included: dating status, low knowledge, exposure to pornography, peer influence, and low parental supervision. The preventive efforts that can be done are providing sexual and reproductive health education while curative efforts are through counseling with a cognitive approach. It is hoped that with this research, families, counselors, and schools will become more responsive to adolescents who begin to show their sexual interests so that they are not easily swayed into deviant actions.

Keywords: premarital sexual behavior, adolescents, causative factors, treatment efforts

PENDAHULUAN

Setiap individu akan melewati masa perkembangan dari bayi hingga usia lanjut. Salah satu fase perkembangan yang akan dilewati adalah periode remaja. Dalam Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja didefinisikan sebagai penduduk yang berada di usia 10-18 tahun. Sedangkan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Hurlock (1980) menyampaikan bahwa remaja adalah periode penuh perubahan. Perubahan yang dialami diantaranya: perubahan emosi; perubahan fisik, perubahan minat dan peran; serta perubahan perilaku. Adapun remaja juga mengalami perubahan hormone sehingga berakibat pada kematangan organ reproduksi remaja yang ditandai dengan fase menstruasi pada perempuan serta mimpi basah pada laki-laki. Perubahan hormone seks seperti estrogen, progesterone, dan testosterone mempengaruhi peningkatan minat seks pada remaja dan perilaku seksual yang dilakukannya.

Menurut Sebayang dkk (2018), perilaku seksual adalah bentuk perilaku yang bertujuan menarik lawan jenis, misalnya berdandan, merawat tubuh, menggoda, merayu, dsb. Sedangkan Sarwono (2012) menyatakan semua perilaku yang didorong oleh gairah seksual yang dilakukan terhadap lawan jenis maupun sesama jenis disebut sebagai perilaku seksual. Bentuk perilaku seksual yang dimaksud antara lain berpacaran, bercumbu, hingga melakukan hubungan suami istri. Sasaran pemuas seks bisa orang lain, orang dalam khayalan, maupun diri sendiri. Sebayang, dkk (2018) menyebutkan tahap perilaku seks meliputi: berciuman yang merangsang gairah seksual (*kissing*), berciuman di area leher ke bawah (*necking*), menggesekkan area sensitif (*petting*), dan penetrasi (*intercourse*).

Dikutip dari cnnindonesia.com, pada tahun 2020 selama pandemic Covid-19, di Yogyakarta terdapat 1.032 kehamilan yang masuk dalam kategori kehamilan tidak dikehendaki (KTD). Sebanyak 570 masuk dalam kategori KTD menikah dan 462 masuk dalam KTD tidak menikah. Termasuk dalam kategori KTD diantaranya adalah remaja. Disampaikan Hasto Wardoyo, Kepala BKKBN, angka KTD secara nasional selama Pandemic Covid-19 sebesar 20,3%. Ada dua faktor penyebab kenaikan kehamilan tidak dikehendaki. Pertama, pasangan usia subur pasca persalinan tidak menggunakan alat kontrasepsi. Kedua, pasangan tak menikah tidak memahami perihal kesehatan reproduksi yang memicu seks bebas.

Di zaman sekarang ini banyak ditemukan remaja yang tidak lagi malu menunjukkan kemesraan di depan umum seperti berpegangan tangan, berpelukan, bahkan berciuman dengan seseorang tanpa ikatan perkawinan. Sebagaimana penelitian (Bara et al., 2021) responden yang

berusia dibawah 20 tahun mengaku pernah melakukan hubungan seks pranikah bersama pasangannya atas dasar cinta. Aktivitas seksual yang dilakukan selama berpacaran dimulai dari berpegangan tangan, berciuman, berpelukan, meraba area sensitif, hingga saat nafsu memuncak berani untuk melakukan hubungan seks. (Lisnawati & Lestari, 2015) melakukan penelitian pada siswa SMK, dari 184 siswa dan 56 siswi menunjukkan sebanyak 72,1% siswa pernah melakukan aktivitas seks dengan kategori berat. seperti meraba dada dan meraba alat kelamin. Terdapat 10 siswa (4,1%) mengaku pernah melakukan hubungan seksual layaknya suami istri. Adapun remaja melakukan tindakan seksual sebelum menikah disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal diantaranya pengetahuan seks, harga diri, kontrol diri, dan pemahaman agama. Sedangkan faktor eksternal ada faktor keluarga dan teman sebaya (Rukman et al., 2019). Perilaku seksual lebih banyak dilakukan laki-laki daripada perempuan karena laki-laki dinilai lebih permisif sedangkan perempuan melakukan hubungan seks atas dasar cinta.

Tindakan seksual yang dilakukan berkaitan dengan sumber pengetahuan remaja dari media cetak dan elektronik yang mudah diakses dengan menunjukkan konten pornografi. Sebagaimana karakteristik remaja yang cenderung meniru serta mencoba hal baru maka pengaksesan informasi tanpa bimbingan orang tua menjerumuskan pada tindakan menyimpang (Lisnawati & Lestari, 2015). Berdasarkan data statistik Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) data aduan mengenai konten pornografi sebanyak 1.073.886. (Wahyuningtias & Wibisono, 2018) mengungkapkan remaja usia 17-18 tahun yang menjadi responden penelitian mendapatkan pengetahuan akan seks bebas dari media sosial. Sebesar 85,7% remaja menggunakan facebook dan instagram, 71,4% diantaranya memiliki pengetahuan baik akan seks bebas, sementara 10,7% memiliki pengetahuan yang cukup akan seks bebas.

Michael, dkk (1994) dalam Santrock (2007) menyatakan bahwa remaja perempuan akan mengaitkan cinta dengan hubungan seksual. Remaja mempunyai pandangan bahwa berpacaran merupakan keterikatan dua sejoli dalam rasa cinta dan kasih sayang yang ditunjukkan dengan kesediaan untuk melakukan kontak fisik. Secara seksual perempuan akan aktif karena membiarkan diri didesak oleh laki-laki. Cara ini dilakukan agar mendapatkan pacar, memenuhi keingintahuan akan seks, serta hasrat seksual yang tidak berkaitan dengan kepedulian dan cinta Michael, dkk (1994) dalam Santrock (2007).

Kesediaan remaja perempuan untuk melakukan hubungan seksual dengan pacarnya dipengaruhi bagaimana pemenuhan kasih sayang dalam keluarganya. Sebagaimana diungkap oleh (Nikmah, 2021), faktor

pergaulan menjadi salah satu penyebab terjadinya hubungan seksual suami-istri sebelum menikah. Faktor kedua adalah pengawasan dan interaksi anak dengan orang tua yang buruk. Komunikasi yang minim dengan orang tua menjadikan hubungan antara keduanya semakin merenggang. Faktor lainnya adalah kebijakan sekolah selama masa pandemic yang mengharuskan pembelajaran dilakukan secara daring. Pembelajaran daring menjadikan sekolah mengurangi waktu belajar untuk mengatasi rasa bosan siswa. Hal ini justru menyebabkan siswa memiliki banyak waktu luang yang akhirnya membuka peluang besar untuk masuk pada pergaulan bebas.

Begitu pentingnya peran keluarga dalam menentukan perilaku seksual juga diungkapkan oleh (Utii & Pihahay, 2021) menyatakan remaja putra yang berkomunikasi dengan ibunya mengenai kesehatan reproduksi memiliki risiko melakukan tindakan seksual 0,88 lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak berkomunikasi dengan ibunya. Begitu pula dengan remaja putra yang tidak membicarakan seks pranikah dengan ayahnya memiliki risiko melakukan seks sebesar 1,02 lebih besar. Tidak hanya dengan orang tua komunikasi perihal seksual juga seyogyanya diceritakan pada saudara kandung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 83,20% remaja yang melakukan hubungan seks pranikah adalah mereka yang tidak pernah berbicara perihal seks dengan saudara kandungnya.

Hal berbeda justru ditunjukkan oleh penelitian (Appulembang et al., 2019), yang mana keluarga tidak berperan pada perilaku seksual pranikah remaja. Hal itu disebabkan remaja cenderung membangun aktivitas seksual tergantung pada persepsi dalam kelompok sebayanya. Di usia remaja komunikasi dengan teman sebaya jauh lebih intensif mengenai permasalahan pribadi dibandingkan berbagi cerita pada orang tua. Pergeseran peran dan fungsi keluarga sebagai pihak yang memberikan sosialisasi dan afeksi pada anak menyebabkan tindakan menyimpang, salah satunya seks bebas.

Perilaku seksual pranikah remaja menurut penelitian (Istiqomah & Notobroto, 2017) disebabkan oleh kontrol diri yang rendah serta pengetahuan tentang seks bebas yang kurang. Kesalahan persepsi tentang kesehatan reproduksi disebabkan oleh pencarian informasi tidak tepat yang menjadikan individu melakukan tindakan menyimpang dan terbukti memiliki kontrol diri rendah dalam menekan dorongan seksual yang dirasakan. Dorongan seksual bisa muncul dari diri sendiri maupun dari luar, misal ketika melihat konten pornografi. Remaja yang tidak dapat mengendalikan emosi dan pikirannya dengan mudah terjerumus pada tindakan seks baik dilakukan sendiri atau bersama orang lain.

Menurut (Kementerian Kesehatan RI, 2017) seks sebelum menikah yang dilakukan remaja beresiko pada kehamilan dan penularan penyakit seksual. Kehamilan tidak diinginkan mendorong tindakan aborsi dan pernikahan dini. Remaja yang tidak memiliki pemahaman tentang prosedur aborsi bisa jadi melakukan aborsi ilegal yang meningkatkan resiko kematian pada ibu akibat penanganan dilakukan oleh orang yang bukan tenaga medis dan menggunakan alat yang tidak memadai. Kehamilan di usia muda beresiko bagi kesehatan bayi maupun ibu. Bayi yang terlahir dari ibu remaja cenderung memiliki berat badan rendah hingga masalah neurologis dan penyakit di masa kanak-kanak (Santrock, 2011). Demi mencegah kehamilan, bisa jadi remaja akan menggunakan alat kontrasepsi, sayangnya penggunaan alat kontrasepsi yang tidak tepat justru menyebabkan infeksi pada alat kelamin.

Perilaku seks pranikah ternyata juga mengganggu kesehatan mental remaja. Berdasarkan penelitian (Wahyuni, 2020) hasil wawancara dengan narasumber yang pernah melakukan hubungan seksual pranikah mereka merasa ketakutan dan stres jika hamil, takut tertular penyakit kelamin, menyesal karena mengecewakan orang tua, bahkan kecanduan berhubungan seks. Kecanduan berhubungan seks atau aktivitas seksual lainnya menjadikan pikiran remaja selalu tertuju pada hal tersebut yang menurunkan konsentrasi dalam belajar (Shofiyah, 2020). Tingkat fokus yang rendah dalam belajar akan menurunkan prestasi akademik. Sementara siswi yang ketahuan hamil di luar nikah akan dikeluarkan oleh pihak sekolah.

Berdasarkan uraian di atas telah disebutkan sekilas bahwasannya ada beragam faktor yang menyebabkan remaja melakukan tindakan seksual pranikah dan dampak negatif yang dialami ketika telah terjerumus dalam perilaku seksual pranikah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang menjadi penyebab remaja melakukan seks pranikah berikut dengan upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi tindakan seksual tersebut berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah studi pustaka. Studi pustaka diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang berkaitan dengan pengumpulan, membaca, dan mengolah bahan penelitian berkaitan dengan permasalahan penelitian (Zed, 2014). Pengumpulan data dilakukan dengan menelaah beberapa jurnal ilmiah, buku, dokumen-dokumen, serta sumber informasi lainnya baik berbentuk cetak maupun elektronik yang relevan dengan

permasalahan penelitian. Langkah penelitian studi pustaka meliputi:

1. Memilih topik penelitian
2. Mencari informasi berkaitan topik
3. Menentukan fokus penelitian
4. Mengumpulkan sumber data
5. Membaca sumber data
6. Mengolah sumber data
7. Menyajikan laporan penelitian

Adapun sumber rujukan yang digunakan dalam penelitian tercantum dalam tabel berikut.

No	Judul	Tahun	Penulis	Kode
1.	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Smkn	2020	Ruri Maiseptya Sari, Yuni Ramadhaniati, Septian Remanda Hardianti	A1
2.	Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja SMP	2018	Nur Alfiyah, Tetti Solehati, Titin Sutini	A2
3.	Hubungan Pengetahuan, Peran Media Massa Dan Peran Keluarga Terhadap Perilaku Seks Pranikah Siswa-Siswi Smk Muhammadiyah Lebaksiu	2021	Lela Kania Rahsa Puji, Melizsa, Tri Okta Ratnaningtyas, Nur Hasanah, Dwi Ambarwati	A3
4.	Perilaku Pacaran Dan Faktor-Faktor	2020	Sudarwati Nababan, S.Kep.,Ns.,M.Kes,	A4

	Yang Mempengaruhi Seks Pranikah Pada Remaja Di Sikka Flores Dating		Theresia Syrilla da Cunha, S.Kep.,Ns.,M.Kes	
5.	Factors Associated with Pre-Marital Sexual Behavior Among Adolescents in Bima, West Nusa Tenggara: Theory of Planned Behavior	2018	Mulya Tarmidi, Argyo Demartoto, Eti Poncorini Pamungkasari	A5
6.	Inisiasi Seks Pranikah Remaja Dan Faktor Yang Mempengaruhi	2015	Linda Suwarni, Selviana	A6
7.	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Oleh Sebaya Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Dalam Pencegahan Seks Pranikah Di SMAN 1 Sukamara, Kabupaten Sukamara, Kalimantan Tengah	2017	Jenny Oktarina, Hendy Muagiri Margono, Windhu Purnomo	A7
8.	Pengaruh Program Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja	2015	Atiek Novianty, Benny Hasan Purwara, Sari	A8

	Terintegrasi terhadap Peningkatan Kontrol Diri di Kabupaten Indramayu		Puspa Dewi, Farid Husin, Tuti Wahmurti, Irvan Afriandi	
9.	Konseling <i>Cognitive Behavior Modifiation</i> Berbantu <i>Expressive Writing</i> untuk Mengurangi Perilaku Seksual Pranikah Siswa	2021	Agrery Ayu Nadiarenita, Nur Hidayah, Blasisus Boli Lasan	A9
10.	Prevalence of premarital sexual practices and its associated factors among high school students in Addis Zemen Town, South Gondar, Ethiopia, 2017	2018	Netsanet Habte, Ayanalem Adu, Tizita Gebeyehu, Shimeles Alemayehu, Yemane Tesfageorgis and Terefe Gatiso	B1
11.	Premarital Sex among Adolescent Street Children in Pekanbaru	2018	Yessi Harnani, Agus Alamsyah, Alhidayati	B2
12.	Premarital Sex Behaviors of Teenagers: A Case in Bali, Indonesia	2018	I Made Kusuma Wijaya, Made Kurnia Widiastuti Giri, Ni Putu Dewi Sri	B3

			Wahyuni, Komang Hendra Setiawan	
13.	Relationship among Sexual Knowledge, Sexual Attitudes, and Sexual Behavior of Junior High School Students in West Jakarta Hubungan	2021	Putra Brillian D, Francisca Tjhay, Surilena Hasan, Nelly Tina W	B4
14.	The Application of the IMB Model as Primary Prevention on Adolescent's Premarital Sexual Intention Linda	2017	Linda Suwarni, Selviana, Ufi Ruhama, Iskandar Arfa	B5
15.	Cognitive-Behavioral Intervention to Enhance Sexual Assertiveness in Women Who Exhibit Premarital Sexual Compliance in the Greater Jakarta Area, Indonesia	2019	Inez Kristanti, Elizabeth Kristi Poerwandari, Lifina Dewi Pohan, Indira Primasari	B6

Keterangan:

A : Rujukan Jurnal Nasional

B : Rujukan Jurnal Internasional

Teknik Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data melalui artikel, jurnal, dan buku yang terkait dengan fokus

penelitian melalui internet. Kemudian dilakukan analisis isi untuk mendapatkan informasi terkait dengan fokus penelitian yang diangkat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Faktor Penyebab

Kode	Hasil Penelitian
A1	Teman sebaya memiliki pengaruh terhadap tindakan seksual remaja. Remaja bersedia untuk diajak melakukan tindakan menyimpang sebagai upaya agar diterima dalam kelompoknya (Sari et al., 2020).
A2	Norma keluarga berupa sikap orang tua yang permisif memicu remaja melakukan hubungan seksual di usia muda. Kemudian ada juga faktor penggunaan smartphone yang berperan sebagai sumber informasi tentang seksualitas bagi remaja (Alfiyah et al., 2018).
A3	Orang tua tidak maksimal memberikan pendidikan seksual sehingga memicu remaja melakukan seks pranikah atas dasar cinta. Selain itu disebabkan penyebaran informasi yang tidak tepat mengenai seks di media massa (Puji et al., 2021)
A4	Faktor penyebab yang paling banyak memicu perilaku seksual pranikah remaja adalah menonton konten pornografi di internet (Nababan & da Cunha, 2020)
A5	Faktor yang berpengaruh langsung pada seks pranikah remaja adalah kontrol perilaku dan niat. Sedangkan faktor lain yang turut mendukung meliputi pendidikan ibu, norma teman sebaya, pusat informasi kesehatan reproduksi, sikap, dan norma yang diyakini (Tarmidi et al., 2018)
A6	Mengungkapkan tiga faktor yang paling tinggi skornya dalam mempengaruhi seks pranikah, meliputi niat melakukan seks, pengaruh dari teman sebaya, terpapar konten pornografi, dan usia pasangan (Suwarni & Selviana, 2015).
B1	Alasan yang paling banyak diungkapkan remaja melakukan hubungan seks pranikah karena adanya dorongan cinta sehingga tumbuh minat atau keinginan untuk melakukannya bersama pasangan (Habte et al., 2018).
B2	Status berpacaran menjadi penyebab remaja melakukan tindakan seks pranikah (Harnani et al., 2018)

B3	Teman sebaya sebagai sumber informasi, sumber kognitif, dan sumber emosional berhubungan dengan tindakan remaja melakukan hubungan seksual pranikah (Wijaya et al., 2018)
B4	Penyebab remaja melakukan tindakan seksual pranikah karena rendahnya pengetahuan akan kesehatan reproduksi dan seksualitas yang diikuti dengan sikap seksual remaja yang negatif (Brilliant et al., 2021)

Upaya Penanganan

Kode	Hasil Penelitian
A7	Penyampaian materi kesehatan reproduksi oleh pendidik sebaya berhasil meningkatkan pengetahuan dan sikap positif siswa terhadap perilaku seks pranikah (Oktarina et al., 2017).
A8	Hasil penelitian menunjukkan kelompok yang diberikan pendidikan kesehatan reproduksi terintegrasi mampu meningkatkan kemampuan kontrol diri (Novianty et al., 2015).
A9	<i>Cognitive behavior modification</i> yang dikombinasikan dengan <i>expressive writing</i> dapat mengurangi perilaku seksual pranikah pada siswa SMK (Nadiarenita et al., 2021)
B5	Intervensi IMB efektif mencegah remaja melakukan tindakan seksual pranikah (Suwarni et al., 2017).
B6	Intervensi <i>cognitif behavior</i> efektif untuk meningkatkan sikap asertif perempuan yang menunjukkan kepatuhan melakukan hubungan seks pranikah (Kristanti et al., 2019).

PEMBAHASAN

Faktor Penyebab

Hasil kajian dari penelitian sebelumnya dapat diuraikan bahwa perilaku seksual pranikah mengacu pada hubungan heteroseksual, antara laki-laki dan perempuan, yang ditunjukkan dengan perilaku berciuman, memegang area sensitif lawan jenis, menempelkan alat kelamin, hingga bersenggama tanpa ikatan pernikahan yang sah. Adapun faktor penyebab pertama yaitu status berpacaran. Sekarang ini hal yang wajar bila remaja memiliki pacar. Namun demikian perlu diwaspadai karena status berpacaran menjadi penyebab remaja melakukan tindakan seks pranikah (Harnani et al., 2018). Pacaran adalah aktivitas bertemu kekasih demi memenuhi keinginan untuk

bergandengan tangan, memandang kekasih, berciuman, berpelukan, hingga tahap lebih jauh yaitu berhubungan seks (Harnani et al., 2018). Sebagaimana penelitian (Habte et al., 2018) remaja yang memiliki pacar memiliki risiko lebih tinggi untuk berhubungan seks pranikah. Di usia 13-18 tahun rentan melakukan seks pranikah dibandingkan usia di atasnya karena semakin bertambah usia semakin bertambah pula kesadaran untuk menjaga diri (Habte et al., 2018). Adanya rasa sayang, rasa memiliki, dan takut ditinggalkan kekasih sering disampaikan oleh remaja putri pada khususnya ketika ditanya alasan melakukan hubungan seks sebelum menikah (Puji et al., 2021). Usia pasangan pun akan berpengaruh pada aktivitas berpacaran di kalangan anak muda. Remaja yang memiliki pacar dengan usia lebih tua darinya memiliki peluang lebih besar melakukan seks pranikah karena memiliki pengalaman seksual lebih banyak yang mempengaruhi tindakan yang dilakukan selama berpacaran (Suwarni & Selviana, 2015).

Faktor kedua adalah peran orang tua. Bagi remaja yang tidak melakukan seks pranikah mereka memiliki rasa takut akan dosa serta mendengarkan nasehat dari orang tuanya meskipun responden adalah anak jalanan yang memiliki intensitas bertemu dengan orang tuanya sedikit (Harnani et al., 2018). Perilaku anak tergantung bagaimana sikap orang tua dalam menanggapi kewajiban hubungan laki-laki dan perempuan. Sikap orang tua yang permisif memicu remaja melakukan hubungan seksual di usia muda (Alfiyah et al., 2018). Didukung pula oleh minimnya orang tua menyampaikan informasi seputar seks dan kesehatan reproduksi. Hal ini disebabkan pembicaraan mengenai seksualitas masih dianggap tabu sehingga penyampaian informasi mengenai kesehatan reproduksi dan seksualitas tidak terpenuhi (Suwarni & Selviana, 2015). Peran orang tua yang tidak maksimal dalam mengawasi dan memberikan pendidikan seksual pada anak menyebabkan remaja menjalin hubungan menyimpang dengan lawan jenis atas dasar cinta (Puji et al., 2021).

Penting juga bagi orang tua mengajarkan nilai-nilai kesopanan pada remaja sebagaimana penelitian (Nababan & da Cunha, 2020) yang mengungkapkan faktor penyebab remaja melakukan seks pranikah karena kurangnya dukungan keluarga untuk mengawasi aktivitas anak sehingga orang tua harus mengajarkan nilai dan norma dalam masyarakat. Meskipun pemahaman nilai dan norma tidak berpengaruh signifikan pada perilaku seks anak, namun terbukti remaja yang memahami nilai budaya di lingkungan tempat tinggalnya berusaha menghindari tindakan menyimpang. Remaja berisiko rendah melakukan seks pranikah karena adanya campur tangan keluarga sebagai pengontrol aktivitas anak (Sari et al., 2020).

Faktor ketiga yaitu pengaruh teman sebaya. Hubungan remaja dengan teman sebayanya lebih erat dibandingkan dengan orang tua, terlebih mengenai hal pribadi seperti keterarikan pada lawan jenis. Penelitian (Sari et al., 2020) menunjukkan remaja mengaku sudah melakukan aktivitas seksual kategori berat yaitu berciuman, berpelukan, dan memegang area sensitif kekasihnya disebabkan oleh teman sebaya yang juga melakukan tindakan seksual tersebut. Interaksi yang lebih intens dengan teman sebaya menjadikan remaja mudah mengikuti perilaku kelompok bermainnya sebagai upaya agar diterima. Pengaruh teman sebaya sebagai penyebab seks pranikah juga diungkapkan oleh (Wijaya et al., 2018) yang menunjukkan hasil bahwa teman sebaya berpengaruh pada aspek kognitif, emosi, hingga informasi yang diterima remaja. Lebih dari setengah responden penelitian mengungkapkan remaja menerima informasi dan pengetahuan tentang perilaku seksual dari teman mereka, responden yang melakukan seks pranikah disebabkan mendapatkan informasi negatif dari teman sebayanya (Wijaya et al., 2018). Teman sebaya juga menjadi faktor yang membentuk norma subyektif remaja mengenai kewajaran dari sebuah hubungan seks pranikah (Tarmidi et al., 2018). Apabila masuk dalam kelompok yang menganggap seks bebas adalah hal yang wajar, maka remaja cenderung memiliki keyakinan tersebut agar sama seperti temannya yang lain.

Faktor keempat yaitu paparan konten pornografi di media massa. Penelitian (Puji et al., 2021) mengungkapkan responden yang pernah melakukan seks pranikah mengaku media massa mempengaruhi tindakannya. Niat adalah faktor yang mendasari tindakan individu. Niat sendiri tidak muncul begitu saja tetapi dipengaruhi berbagai hal, salah satunya konten yang biasa dilihat di media massa yang menyajikan visualisasi seks dengan lebih menarik berupa video atau foto yang mudah diakses di internet oleh setiap orang dari berbagai tingkatan usia. Dalam (Nababan & da Cunha, 2020), faktor paling dominan yang membuat remaja melakukan seks pranikah adalah menonton pornografi. Aktivitas remaja banyak dihabiskan untuk *nongkrong* di warung sambil bermain game dan melihat konten pornografi. Selain di internet, paparan media informasi berupa majalah, komik, buku, hingga novel yang menunjukkan cerita porno berkontribusi pada keinginan mencoba berhubungan seks dengan kekasihnya (Sari et al., 2020). Berbagai macam informasi yang tersedia di media massa membutuhkan sikap selektif dari orang yang membacanya. Sayangnya sebagai remaja yang menginginkan informasi instan mereka cenderung mudah terpengaruh dengan mengabaikan kebenaran sumber serta norma dalam masyarakat. Lemahnya pengawasan orang tua juga menyebabkan remaja lebih leluasa mengakses situs porno di *gadget* yang dimiliki (Alfiyah et al., 2018).

Faktor kelima, rendahnya pengetahuan. Pengetahuan akan kesehatan reproduksi adalah hal yang wajib diketahui dan dipahami oleh remaja sebagai pelindung dari perilaku seks pranikah. Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap positif terhadap aktivitas seks yang dilakukan. Penyebab remaja melakukan tindakan seksual pranikah karena rendahnya pengetahuan akan kesehatan reproduksi dan seksualitas yang diikuti dengan sikap seksual remaja yang negatif (Brilliant et al., 2021). Hal berbeda justru ditunjukkan dalam penelitian (Alfiyah et al., 2018) dan (Puji et al., 2021) yang menunjukkan bahwa pengetahuan baik tidak menjamin remaja menghindari seks pranikah karena ada faktor lain yang lebih dominan menyebabkan perilaku seks menyimpang tersebut. Dalam (Sari et al., 2020) pengetahuan mengenai seks memiliki korelasi yang lemah dengan kecenderungan remaja melakukan seks pranikah. Sejalan dengan penelitian (Tarmidi et al., 2018) bahwasannya pusat kesehatan reproduksi bagi remaja penting untuk disediakan demi mencegah terjadinya tindakan seksual menyimpang di kalangan remaja.

Upaya Penanganan

Berdasarkan kajian penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, pengetahuan menjadi langkah preventif untuk mencegah tindakan menyimpang pada remaja. Pendidikan yang komprehensif tidak sekadar mengajarkan bahaya dari seks pranikah melainkan juga mampu meningkatkan ketrampilan remaja mengendalikan diri dari perilaku seks pranikah (Suwarni et al., 2017). Adapun program pendidikan yang dapat diterapkan sebagai berikut:

1. Meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja dengan pendidikan kesehatan terintegrasi (Novianty et al., 2015). Peningkatan kontrol diri dilakukan melalui penyatuan pendidikan kesehatan reproduksi dengan pendidikan agama. Diharapkan materi kesehatan dan agama dapat mencegah seks pranikah karena dorongan seksual pasti akan dirasakan oleh setiap individu pada fase remaja. Perangkat intervensi yang digunakan adalah penggunaan modul yang berisi materi kesehatan reproduksi, normal sosial, norma agama, pergaulan sehat dan cara mengendalikan dorongan seksual agar tidak melakukan tindakan menyimpang. Pendidikan kesehatan reproduksi terintegrasi tidak hanya melibatkan siswa maupun guru saja, tetapi juga orang tua. Enam bulan setelah intervensi dilakukan, orang tua akan diberi kuisioner untuk mendapatkan gambaran perubahan apa saja yang dialami anak mereka setelah mendapatkan intervensi kesehatan reproduksi terintegrasi. Sayangnya pada penelitian sebelumnya tidak tercantum durasi waktu yang digunakan untuk menerapkan intervensi tersebut.
2. Intervensi lain melalui model IMB (*Information, Motivation, and Behavior Skill*). IMB bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan, motivasi, dan informasi

seputar kesehatan reproduksi dan seksualitas. Hal ini dikarenakan penyebab remaja melakukan seks kebanyakan karena kurangnya informasi ataupun cukup informasi tetapi tidak tahu cara mengendalikan dorongan seksual yang muncul (Suwarni et al., 2017). Pada tahap awal guru diberikan pelatihan pelaksanaan IMB. Setelah itu, guru mendidik siswa dengan model IMB dengan durasi 40 menit setiap pertemuan menggunakan media berupa komik dan film pendek yang bercerita tentang remaja dan pubertas, serta lembar kerja siswa yang harus dikerjakan. Intervensi dilakukan selama sebulan dengan 4 kali pertemuan. Pendidikan seks model IMB ini dapat diintegrasikan pada mata pelajaran di sekolah. Penyampaian informasi kesehatan reproduksi remaja yang dilakukan secara rutin akan menjadi langkah pencegahan jangka panjang terhadap perilaku seks pranikah. Pemanfaatan film dan komik juga menjadi pertimbangan agar penyampaian materi mudah dipahami dan menarik.

3. Pelatihan remaja menjadi konselor sebaya. Telah diuraikan pada faktor penyebab seks pranikah bahwasanya remaja melakukan seks berisiko dikarenakan terpengaruh oleh teman sebayanya. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan konseling sebaya sehingga remaja dapat belajar tentang kesehatan reproduksi, cara mengembangkan kemampuan asertif, serta mampu menyebarkan pengaruh positif pada teman seusianya (Triyanto et al., 2021). Perlu sekali mempertimbangkan siswa yang dibina sebagai konselor sebaya agar informasi dapat disampaikan dengan baik. Pelatihan dilakukan selama 2 bulan dengan metode ceramah, diskusi, bermain peran, studi kasus, hingga sosiodrama. Tidak hanya menyampaikan materi seputar perilaku seksual remaja saja, tetapi inti dari pelatihan ini adalah praktik melakukan konseling terhadap teman seusianya sehingga remaja menjadi lebih asertif terhadap perilaku seks pranikah.

Selain pendidikan untuk pencegahan kasus seks pranikah, penanganan kuratif juga perlu dilakukan yaitu melalui konseling. Dari penelitian yang ada terdapat teknik konseling *cognitive behavior modification* yang berupaya membantu remaja memodifikasi pikiran, perilaku, dan emosi menjadi lebih positif terhadap perilaku seks pranikah (Nadiarenita et al., 2021). Sesi konseling yang umumnya dilakukan secara verbal sekarang ini dapat dikombinasikan dengan teknik *expressive writing* guna menjangkau remaja yang tidak dapat mengutarakan permasalahannya secara lisan. *Expressive writing* dipilih sebagai teknik yang digunakan untuk mendukung terapi *cognitive behavior modification* melalui pemanfaatan kata-kata sehingga remaja dapat memahami pemikirannya sendiri dan mengekspresikan perasaannya secara bebas. Intervensi dilakukan selama 6 kali pertemuan yang mana perubahan kognitif konseli dapat terlihat dari tulisan yang

dibuatnya. Penerapannya dilakukan dalam *setting* kelompok dengan prosedur: 1) observasi diri, 2) memulai dialog internal baru, 3) mempelajari ketrampilan baru. Pada setiap tahapan tersebut dibantu dengan *expressive writing* yang terdiri dari tahap *recognition, examination, juxtaposition, dan application to the self*.

Pendekatan kognitif juga dilakukan oleh (Kristanti et al., 2019) dengan teknik *cognitive behavior therapy*. Tujuan konseling ini adalah mengidentifikasi pikiran yang dapat menghambat perempuan bersikap asertif terhadap aktivitas seksual mereka bersama pasangan. Intervensi bukan hanya berisi konseling saja melainkan juga psikoedukasi seputar kepatuhan seksual sehingga remaja terbantu untuk menyadari pikiran yang sering menghambat dirinya untuk menolak berhubungan seks sebelum menikah. Penelitian yang ada ternyata menunjukkan kelompok kontrol juga mengalami peningkatan ketegasan seksual. Hal ini disebabkan pemberian psikoedukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol memberikan dampak pada perubahan kognitif responden.

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan dapat ditarik kesimpulan bahwasannya faktor penyebab remaja melakukan seks pranikah meliputi: 1) status berpacaran, 2) kurangnya peran orang tua dalam pendidikan seksual dan mengawasi aktivitas anak remajanya, 3) pengaruh teman sebaya yang turut melakukan seks pranikah, 4) paparan konten pornografi di media massa, dan 5) kurangnya pengetahuan remaja akan seksualitas. Adapun upaya penanganan yang dilakukan untuk menangani kasus seks pranikah yaitu melalui pendidikan seksual yang disampaikan secara komprehensif dan melibatkan peran aktif remaja untuk menjadi konselor sebaya sedangkan bagi konselor sekolah dapat memberikan layanan konseling salah satunya dengan pendekatan kognitif.

SARAN

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa faktor penyebab remaja melakukan seks pranikah dapat berasal dari dirinya sendiri maupun faktor dari luar. Oleh karena itu, harapannya dengan penelitian ini pihak keluarga, konselor, dan sekolah menjadi lebih tanggap menghadapi remaja yang mulai menunjukkan minat seksualnya agar tidak terjerumus pada tindakan menyimpang. Upaya penanganan yang disebutkan dalam penelitian ini juga dapat menjadi rekomendasi bagi konselor sekolah untuk membantu siswa melewati fase remajanya dengan baik. Adapun bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengungkapkan upaya atau intervensi dalam mengatasi seks pranikah remaja yang lebih beragam dan menarik,

serta mengungkapkan faktor penyebab remaja melakukan seks pranikah dengan lebih mendetail.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyah, N., Solehati, T., & Sutini, T. (2018). Gambaran Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja SMP. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 4(2), 131–139. <https://doi.org/10.17509/jpki.v4i2.10443>
- Appulembang, Y. A., Fajar, N. A., Hosana, A., & Tarigan, Z. (2019). Peran Keluarga Dalam Upaya Pencegahan Perilaku Seks Pranikah Remaja di Palembang. *Jurnal Magister Psikologi*, 11(2), 151–158.
- Bara, A. B., Sitepu, D. R., & Dewi, R. (2021). PERILAKU SEKS PRANIKAH DALAM BERPACARAN (STUDI KASUS PERILAKU SEKS PRA NIKAH DI DUSUN TEMANGGUNG DESA BINJAI). *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 10(2), 75–79.
- Brilliant, P., Tjhay, F., Hasan, S., & W, N. T. (2021). Relationship among Sexual Knowledge, Sexual Attitudes, and Sexual Behavior of Junior High School Students in West Jakarta. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 31(3), 193–198.
- Habte, N., Adu, A., Gebeyehu, T., Alemayehu, S., Tesfageorgis, Y., Gatiso, T., & 1De. (2018). Prevalence of premarital sexual practices and its associated factors among high school students in Addis Zemen Town, South Gondar, Ethiopia, 2017. *Journal of Public Health and Epidemiology*, 10(10), 356–362. <https://doi.org/10.5897/jphe2018.1048>
- Harnani, Y., Alamsyah, A., & Hidayati, A. (2018). Premarital Sex among Adolescent Street Children in Pekanbaru. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 7(1), 22–26. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v7i1.11405>
- Istiqomah, N., & Notobroto, H. B. (2017). Pengaruh Pengetahuan, Kontrol Diri terhadap Perilaku Seksual Pranikah di Kalangan Remaja SMK di Surabaya. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(2), 125–134. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016.125-134>
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (Nomor Remaja, hal. 1–8).
- Kristanti, I., Poerwandari, E. K., Pohan, L. D., & Primasari, I. (2019). Cognitive-behavioral intervention to enhance sexual assertiveness in women who exhibit premarital sexual compliance in the Greater Jakarta area, Indonesia. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 27(3), 1927–1943.
- Lisnawati, & Lestari, N. S. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Remaja di Cirebon. *Jurnal Care*, 3(1), 1–8. <http://www.mendeley.com/research/faktor-faktor-yang-berhubungan-dengan-perilaku-seksual-remaja-di-cirebon>
- Nababan, S., & da Cunha, T. S. (2020). PERILAKU PACARAN DAN FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI SEKS PRANIKAH PADA REMAJA DI SIKKA FLORES. *Bali Medika Jurnal*,

- 7(2), 79–88.
- Nadiarenita, A. A., Hidayah, N., & Lasan, B. B. (2021). Konseling Cognitive Behavior Modification Berbantu Expressive Writing untuk Mengurangi Perilaku Seksual Pranikah Siswa. *Jurnal Pendidikan*, 6(8), 1286–1292.
- Nikmah, J. (2021). Pernikahan Dini Akibat Hamil di Luar Nikah Pada Masa Pandemi : Studi Kasus Di Desa Ngunut. *Sakina: Journal of Family Studies*, 5(3), 1–19. <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/jibl>
- Novianty, A., Purwara, B. H., Dewi, S. P., Husin, F., Wahmurti, T., & Afriandi, I. (2015). Pengaruh Program Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Terintegrasi terhadap Peningkatan Kontrol Diri di Kabupaten Indramayu. *Jurnal Pendidikan dan Pelayanan Kebidanan Indonesia*, 2(2), 62–66. <https://doi.org/10.24198/ijemc.v2i2.54>
- Oktarina, J., Marono, H. M., & Purnomo, W. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi oleh Sebaya Terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Pencegahan Seks Pranikah di SMAN 1 Sukamara, Kabupaten Sukamara, Kalimantan Tengah. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 20(1), 26–33. <https://doi.org/10.22435/hsr.v20i1.6180.26-33>
- Puji, L. K. R., Meliza, Ratnaningtyas, T. O., Hasanah, N., & Ambarwati, D. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN, PERAN MEDIA MASSA DAN PERAN KELUARGA TERHADAP PERILAKU SEKS PRANIKAH SISWA-SISWI SMK MUHAMMADIYAH LEBAKSIU. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 52–60. pengetahuan, media massa, peran keluarga, seks pranikah, remaja
- Rukman, Nani, A., & Sri, R. (2019). Pengaruh Faktor Internal Dan Eksternal Terhadap Perilaku Seksual Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 11(1), 374–386.
- Sari, R. M., Ramadhaniati, Y., & Hardianti, S. R. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja SMKN. *Jurnal Ners Lentera*, 8(1), 35–47.
- Shofiyah. (2020). Dampak Media Sosial dan Pornografi Terhadap Perilaku Seks Bebas Anak di Bawah Umur. *Alamtara: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 4(1), 57–68. [https://ejournal.iaitaboh.ac.id/index.php/alamtaraok/article/download/503/373/](https://ejournal.iaitaboh.ac.id/index.php/alamtaraok/article/download/503/373)
- Suwarni, L., & Selviana. (2015). Inisiasi Seks Pranikah Remaja dan Faktor Yang Mempengaruhi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 169–177.
- Suwarni, L., Selviana, S., Ruhama, U., & Arfan, I. (2017). The Application of the IMB Model as Primary Prevention on Adolescent's Premarital Sexual Intention. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 6(1), 57–62. <https://doi.org/10.11591/v6i1.6533>
- Tarmidi, M., Demartoto, A., & Pamungkasari, E. P. (2018). Factors Associated with Pre-Marital Sexual Behavior Among Adolescents in Bima, West Nusa Tenggara: Theory of Planned Behavior. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(1), 78–85. <https://doi.org/10.26911/thejhp.2018.03.01.08>
- Triyanto, E., Pratama, K. N., & Rahayu, E. (2021). Optimalisasi Peran Konselor Sebaya Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Remaja Dalam Mencegah Perilaku Berisiko Seksual. *Jurnal of Community Health Development*, 2(2), 89–97.
- Utii, A., & Pihahay, P. J. (2021). PERAN ORANG TERDEKAT REMAJA PUTRA TERHADAP PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH (ANALISI DATA SDKI KRR 2017). 10(2), 101–107.
- Wahyuni, A. S. (2020). Dampak Perilaku Seks Pranikah dan Upaya Pencegahan terhadap Remaja di Desa Tonyaman Kecamatan Binuang Kabupaten Polewali Mandar. Institut Agama Islam Negeri Pare-Pare.
- Wahyuningtias, H., & Wibisono, W. (2018). Hubungan Penggunaan Sosial Media dan Pengetahuan Seks Bebas pada Siswa/Siswi Usia 17-18 Tahun. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(2), 144–149. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i2.art.p144-149>
- Wijaya, M. K., Giri, M. K. W., Wahyuni, N. P. D. S., & Setiawan, K. H. (2018). Premarital Sex Behaviors of Teenagers: A Case in Bali, Indonesia. *International Journal of Health Sciences*, 2(3), 11–21. <https://doi.org/10.29332/ijhs.v2n3.211>
- <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20210930092906-20-701363/462-orang-hamil-di-luar-nikah-selama-pandemi-di-yogyakarta> diakses 19 November 2021
- Zed, Mestika. 2014. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia
- https://kominform.go.id/content/detail/23717/ada-431065-aduan-konten-negatif-mayoritas-pornografi/0/sorotan_media_diakses_18_November_2021
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (Nomor Remaja, hal. 1–8).
- Sarwono, Sarlito W. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawali Press
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Sebayang, Wellina., Gultom, D.Y., & Sidabutar, E. R. 2018. *Perilaku Seksual Remaja*. Jakarta: Deepublish