



---

## REMAJA DAN HUBUNGAN SEKS PRA NIKAH

**Tial Widhiyaningrum**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

tialwidya@gmail.com

**Wike Nur Lutfiana**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

wikenurlutfiana28@gmail.com

**Andhita Risiko Faristiana**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

andhitarisko@iainponorogo.ac.id

**Abstract.** *Knowing juvenile delinquency or about premarital sex behavior among adolescents in Village x Ngawi District and in-depth description of premarital sexual behavior among adolescents in Village x Ngawi District. Sources of data obtained through documentation and interviews with local communities. Premarital sexual behavior in adolescents is a phenomenon that is increasingly happening, including in Village x Ngawi District. The factors causing the emergence of premarital sexual behavior based on the results of the research include 1) Lack of family supervision of children 2) The growing influence of the media 3) Low religious value education. Efforts to prevent free sex behavior can be done with the first, namely through ourselves, the second, namely through the family and the third, namely through the environment where we must be able to sort out between good friends and friends who are bad in behavior and we must also have outside activities that it's better for example in school we follow extracurricular activities.*

**Keywords:** *premarital sex, teenager, family*

**Abstrak.** *Mengetahui kenakalan remaja ataupun tentang perilaku seks pranikah di kalangan remaja Desa x Kabupaten Ngawi dan mendeskripsikan secara mendalam tentang perilaku seks pranikah di kalangan remaja di Desa x Kabupaten Ngawi. Sumber data diperoleh melalui dokumentasi maupun wawancara dengan masyarakat sekitar. Perilaku seks pranikah pada remaja merupakan suatu fenomena yang semakin marak terjadi, tak terkecuali di Desa x Kabupaten Ngawi. Faktor-faktor penyebab munculnya perilaku seks pranikah berdasarkan hasil penelitian diantaranya adalah 1) Kurangnya pengawasan keluarga terhadap anak 2) Pengaruh media yang semakin berkembang 3) Rendahnya pendidikan nilai agama. Upaya pencegahan perilaku seks bebas dapat dilakukan dengan yang pertama yaitu melalui diri kita sendiri yang kedua yaitu melalui keluarga dan yang ketiga yaitu melalui lingkungan yang dimana kita harus bisa memilah antar teman yang baik maupun teman yang buruk dalam berperilaku dan kita juga harus memiliki kegiatan diluar yang lebih baik semisal dalam sekolah kita mengikuti ekstrakurikuler.*

**Kata kunci:** seks pra nikah, remaja, keluarga

## LATAR BELAKANG

Masa remaja adalah masa dimana terjadinya kematangan fungsi jasmaniah yang biologis yang berupa kematangan kelenjar kelamin yaitu testis pada anak laki-laki dan ovarium pada anak perempuan. Remaja juga mengalami peralihan dari satu tahap ketahap berikutnya, ditandai dengan adanya perubahan karakteristik seks primer maupun sekunder. Remaja yang memasuki masa peralihan, memiliki pengetahuan yang kurang tentang hubungan seksual pranikah. Hal seperti ini disebabkan karena orang tua merasa pembahasan seperti itu tidak layak untuk diajarkan maupun diberitahukan untuk anak diusia dini, sehingga anak berpaling ke sumber lain yang tidak akurat dan menimbulkan masalah seksualitas.

Perilaku seksual pranikah adalah kegiatan seksual yang melibatkan dua orang yang saling menyukai atau saling mencintai, yang dilakukan sebelum perkawinan. Seks bebas atau dalam Bahasa populernya disebut extra-martial intercourse atau kinky-sex merupakan bentuk pembebasan seks yang dipandang tidak wajar. Pada seorang remaja, perilaku seks pra-nikah tersebut dapat dimotivasi oleh rasa sayang dan cinta dengan didominasi oleh perasaan kedekatan dan gairah yang tinggi terhadap pasangannya, tanpa disertai komitmen yang jelas atau karena pengaruh kelompok, dimana remaja tersebut ingin menjadi bagian dari kelompoknya dengan mengikuti norma-norma yang telah dianut oleh kelompoknya, dalam hal ini kelompoknya telah melakukan perilaku seks pra-nikah.

Masa remaja merupakan periode terjadi pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas remaja yang memiliki rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko tanpa pertimbangan yang matang. Salah satu permasalahan yang terjadi pada masa remaja adalah perilaku seks pranikah. Perilaku seksual pranikah merupakan salah satu akibat pergaulan bebas. Permasalahan ini cenderung dilakukan oleh kelompok remaja tengah dan remaja akhir. Remaja tengah (15-18 tahun) merupakan masa ingin mencari identitas diri, tertarik dengan lawan jenis, timbul perasaan cinta dan mulai berkhayal mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seksual. Remaja akhir (19-21 tahun) merupakan remaja yang mengungkapkan kebebasan diri dan mewujudkan perasaan cinta yang dirasakan (Kemenkes RI, 2015).

Di Indonesia memiliki jumlah penduduk yang memiliki remaja sebesar 42,4 juta berdasarkan data yang dimiliki Badan Pusat Statistik Indonesia. Menurut Komnas Perlindungan Anak (KPAI) dan Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa hasil survei menunjukkan sebuah data yaitu 62,7% di Indonesia remaja pernah melakukan hubungan seks bebas atau seks diluar pranikah. Sedangkan dikutip dari Dinas Kominfo Jawa Timur, angka permohonan Dispensasi Nikah (Diska) di Provinsi Jawa Timur tahun 2022 sebanyak 15.212 kasus. Terdiri dari 12.457 untuk anak perempuan dan 3.424 untuk anak laki-laki. Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, dan Keluarga Berencana (DP3AKB) Kabupaten Ngawi, Jawa Timur, mencatat terdapat 141 rekomendasi dispensasi pernikahan anak selama 2022.

Perilaku seks pranikah ternyata juga mengganggu kesehatan mental remaja. Berdasarkan penelitian 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. Tingkat fokus yang rendah dalam belajar akan menurunkan prestasi akademik. Sementara siswi yang ketahuan hamil di luar nikah akan dikeluarkan oleh pihak sekolah.

Salah satu penyebab terjadinya perilaku seksual pada remaja adalah pengawasan dan perhatian orang tua yang longgar. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa orangtua memberikan fasilitas kepada anak seperti handphone, laptop, fasilitas internet di rumah. Fasilitas yang disediakan oleh orangtua dapat memudahkan remaja melakukan rangsangan seksual. Kurangnya perhatian orang tua berdampak pada pergaulan bebas dan salah satunya melakukan hubungan suami istri di luar nikah.

Hubungan seks tersebut banyak dilakukan di rumah sendiri, meskipun sebagian besar dari mereka telah menggunakan alat kontrasepsi, ada juga yang menggunakan metode coitus interruptus yakni dengan mengeluarkan air mani atau sperma di luar organ intim perempuan. Selain itu, dalam banyak studi disebutkan bahwa hubungan seksual yang cenderung terjadi pada kelompok remaja ternyata memiliki dampak yang sangat luas. Hubungan seks yang dilakukan sebelum usia 17 tahun. Resiko remaja yang melakukan seks praikah dapat tertular penyakit HIV/AIDS.

Perilaku seks berisiko terutama pada anak muda berdasarkan aturan ini dianggap sebagai sesuatu yang dilarang atau memiliki konsekuensi hukum. Banyak sebagian masyarakat menjadi responden dalam studi ini diperlukan upaya penanggulangan dari segala pihak dengan upaya meningkatkan akses anak muda terhadap informasi yang benar dengan merangkul berbagai kalangan, termasuk media massa. Hal ini dikarenakan perilaku seks di kalangan anak muda merupakan tanggung jawab kita bersama. Salah satu upaya untuk menanggulangi maraknya perilaku seks di kalangan anak muda misalnya adalah pengawasan yang ketat dan intensif dari pemilik kos tempat mereka tinggal serta meningkatkan kesadaran dari orang tua untuk mencari hunian yang nyaman dan aman bagi anak-anaknya. Selain itu, tentu membekali anak muda dengan budi pekerti. Hal lain yang tak kalah penting adalah pembekalan tentang pengetahuan seputar hak reproduksi dan seksualitas kepada anak muda sedini mungkin. Ini bertujuan agar anak muda memiliki pengetahuan yang lengkap dan akurat mengenai hal tersebut sehingga kedepannya tidak salah arah dalam membuat keputusan.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Metode kualitatif bertujuan untuk menjelaskan untuk menjelaskan suatu fenomena dengan mendalam dan dilakukan dengan mengumpulkan data sedalam-dalamnya. Metode ini lebih mengutamakan pengamatan fenomena dan lebih meneliti. Teknik pengumpulan data yang diperlukan

dalam penelitian ini adalah observasi dan studi pustaka dengan menggunakan pedoman pengamatan dan mengutip dari jurnal-jurnal terdahulu yang berkaitan dengan penelitian saat ini. Analisis data dalam penelitian kualitatif berupa pengamatan yang dilakukan di lingkungan masyarakat dan kalangan remaja umum. Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah remaja akhir yang berusia 18-21 tahun dan pernah melakukan hubungan seksual pranikah dengan pacar. Metode yang digunakan untuk menggali data dalam penelitian ini adalah mewawancarai 2-3 remaja di Desa x Kabupaten Ngawi. Wawancara digunakan untuk membantu peneliti dalam mengarahkan pertanyaan yang akan diajukan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### **Pelaku Seks Pranikah**

Pelaku seksual pranikah adalah orang yang pernah melakukan hubungan seksual pranikah, mulai dari yang ringan (berpegangan tangan) sampai yang berat (hubungan intim/intercourse). Di Indonesia, hasil survei kesehatan Republik remaja Indonesia (SKRRI) 2012 mendapatkan 29,5% remaja laki-laki dan 6,2% remaja perempuan pernah meraba atau merangsang pasangannya, 48,1% laki-laki dan 29,3% remaja perempuan pernah berciuman bibir, serta 79,6% remaja laki-laki dan 71,6% remaja perempuan pernah berpegangan tangan dengan pasangannya. Mereka melakukan hubungan seksual pranikah karena tidak mampu mengendalikan dorongan-dorongan atau impuls agresifitas seksual. Mereka mengabaikan nilai-nilai moral, etik dan agama karena dianggap sebagai penghalang kebebasan dan tidak sesuai dengan hak-hak asasi dan kemerdekaan individu (Kadarwati, Lestari dan Asyanti, 2008).

Sebagian besar pelaku seksual adalah remaja. Perkembangan fisik yang pesat dan labilnya kondisi psikologis membuat remaja sangat dekat dengan perilaku seksual yang belum sepatutnya dilakukan. Menurut Bungin (dalam Kadarwati, Lestari dan Asyanti, 2008), sikap remaja terhadap perilaku seksual terdiri dari lima macam, yaitu:

1. Sangat menerima, yaitu remaja tidak saja bersikap menerima adanya perilaku seks bebas sebagai suatu kenyataan sosiologis, namun juga setuju dengan adanya perilaku seks bebas.
2. Sikap menerima, yaitu remaja menerima adanya perilaku seks bebas sebagai kenyataan sosiologis.
3. Sikap tidak pasti atau tidak tahu, yaitu remaja tidak tahu harus bersikap apa terhadap perilaku seks bebas.
4. Sikap tidak menerima, yaitu remaja bersikap tidak menerima perilaku seks bebas atau bersikap bahwa perilaku seks bebas itu hanya sebagai pengetahuan saja untuk mengenal berbagai perilaku seksual di masyarakat.

5. Sikap sangat tidak menerima, yaitu remaja menganggap bahwa perilaku seks bebas itu adalah hal yang harus dihindari, karena tidak sesuai dengan moral dan ajaran agama. Sikap menerima perilaku seks bebas tidak menunjukkan bahwa remaja akan melakukan perilaku seksual, begitu pula sebaliknya.

#### **Faktor Penyebab Perilaku Seks Pranikah**

Banyak faktor eksternal yang menyebabkan perilaku seks sebelum menikah. Faktor faktor tersebut diantara lain adalah kurangnya peran orangtua, pengaruh dari pacar, pengaruh teman sebaya, paparan konten pornografi, dan rendahnya pengetahuan. Maksud dari faktor diatas yaitu :

1. Kurangnya Peran Orangtua

Kurangnya peran atau pengawasan orang tua dapat membuat remaja terjerumus ke dalam praktek seks bebas. Seks bebas/pranikah dapat mengakibatkan kehamilan yang tidak diinginkan, sehingga remaja akan terdorong untuk melakukan aborsi, terutama jika kehamilan yang tidak diinginkan akibat seks bebas itu benar-benar mengganggu ketenangan dan dapat berdampak pada psikologis diantaranya trauma, rasa bersalah, takut ditinggal pasangan dan kehilangan dukungan sosial baik keluarga maupun lingkungan sekitar. Tugas orang tua adalah memikirkan dan melakukan cara-cara seperti apa yang memang sesuai dengan kondisi anak, bukan sekedar memerankan peran sebagai orang tua dengan orientasi ingin menjadikan anak sebagai miniatur orang tua. Sehingga tidak membuka ruang untuk anak-anak untuk mengekspresikan kebebasannya dan hak-hak yang dimiliki oleh anak. Dengan demikian peran orang tua sangat penting untuk anak karena orang tua sebagai panutan untuk anak dan sebagai pendidik.

2. Pengaruh dari pacar

Faktor penyebab selanjutnya 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). 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 diatasnya 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).

3. 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.

#### 4. Paparan konten pornografi

Di era kehidupan dengan sistem komunikasi global, dengan kemudahan mengakses informasi baik melalui media cetak, TV, internet, komik, ponsel, dan DVD bajakan yang berkeliaran di masyarakat, tentunya memberikan manfaat yang besar bagi kehidupan kita. Akan tetapi, per kembangan ilmu pengetahuan dan teknologi justru sering disalahgunakan oleh anak muda. Tayangan televisi, media media yang memiliki tendensi akan konten pornografi (misalnya VCD dan DVD yang diperoleh dengan biaya murah), justru akan lebih membuat anak muda merasa terpengaruh termasuk keinginan untuk melakukan hubungan seks diluar nikah. 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).

#### 5. 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.

### **Dampak Perilaku Seksual Pranikah**

Setiap perbuatan pasti ada balasannya, begitu juga dengan setiap perilaku pasti ada konsekwensinya, sedangkan konsekwensi yang ditimbulkan dari hubungan seks pranikah sangat jelas terlihat khususnya bagi pelajar putri. Hamil di luar nikah merupakan salah satu produk dari akibat perbuatan ini. Perilaku seks pra-nikah khususnya bagi pelajar akan menimbulkan masalah antara lain:

1. Memaksa pelajar tersebut dikeluarkan dari sekolah/kampus, sementara secara mental mereka tidak siap untuk dibebani masalah ini.
2. Pernikahan dini karena hamil diluar nikah akibat perilaku seks pranikah, sementara secara fisik dan mental mereka belum siap berkeluarga dan menjadi ayah dan ibu
3. Kemungkinan terjadinya aborsi yang tak bertanggung jawab dan membahayakan, karena mereka merasa panik, bingung dalam menghadapi resiko kehamilan dan akhirnya mengambil jalan pintas dengan cara aborsi.
4. Pengalaman seksualitas yang terlalu dini sering memberi akibat di masa dewasa. Seseorang yang sering melakukan hubungan seks pra-nikah tidak jarang akan merasakan bahwa hubungan seks bukan merupakan sesuatu yang sakral lagi sehingga ia tidak akan dapat menikmati lagi hubungan seksual sebagai hubungan yang suci melainkan akan merasakan hubungan seks hanya sebagai alat untuk memuaskan nafsunya saja.
5. Hubungan seks yang dilakukan sebelum menikah dan berganti-ganti pasangan sering kali menimbulkan akibat-akibat yang mengerikan sekali bagi pelakunya, seperti terjangkitnya berbagai penyakit kelamin dari yang ringan sampai yang berat.

Selain itu ada juga ada dampak fisik, dampak psikologis dan juga dampak sosial :

Dampak fisik:

1. Kemungkinan tertular penyakit menular seksual (PMS) seperti HIV/AIDS, sifilis, herpes, dan lain-lain.
2. Kemungkinan terjadinya kehamilan yang tidak direncanakan dan tidak diinginkan yang bisa berakibat aborsi atau bila tetap dipertahankan akan membuat mereka harus menikah muda sehingga kehilangan masa bermain dan hancurnya masa depan.
3. Kehilangan keperawanan sebagai hadiah berharga untuk suami di malam pertama.

Dampak psikologis:

1. Beban emosional, munculnya rasa bersalah dan dosa.
2. Munculnya rasa cemas.
3. Self-respect rendah.
4. Rendah diri.
5. Bosan setelah menikah karena telah melakukan hubungan seks sebelum menikah.
6. Munculnya ketakutan yang tidak wajar.
7. Munculnya perilaku obsesive compulsive. Misalnya mandi berulang kali karena dibayang-bayangi perasaan bersalah yang berlebihan akibat melakukan perbuatan dosa.

#### Dampak sosial

1. Mencoreng nama baik keluarga.
2. Menjadi sorotan dan dikucilkan oleh masyarakat.

#### **Upaya mencegah perilaku seks pra nikah**

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. 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. 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). 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 DAN SARAN**

Perilaku seks di kalangan anak muda merupakan tanggung jawab kita bersama, salah satu upaya untuk menanggulangi maraknya perilaku seks di kalangan anak muda misalnya adalah pengawasan yang ketat dan intensif dari pemilik kos tempat mereka tinggal serta meningkatkan kesadaran dari orang tua untuk mencarikan hunian yang nyaman dan aman bagi anak-anaknya. Selain itu, tentu membekali anak muda dengan budi pekerti. Hal lain yang tak kalah penting adalah pembekalan tentang pengetahuan seputar hak reproduksi dan seksualitas kepada anak muda sedini mungkin. Ini bertujuan agar anak muda memiliki pengetahuan yang lengkap dan akurat mengenai hal tersebut sehingga kedepannya tidak salah arah dalam membuat keputusan. Banyak faktor yang mempengaruhi yaitu kurangnya komunikasi orang tua kepada anak, pengaruh pacar, pengaruh teman sebaya, paparan konten bebas, rendahnya pengetahuan, itulah faktor yang mempengaruhi seks pranikah. Dampak perilaku seks bebas yaitu ada 3 dampak fisik, dampak psikologis dan juga dampak sosial. Upaya dalam pencegahan seks pra nikah yaitu dengan kita tidak berpacaran, memilih teman maupun pergaulan juga, dan tidak melihat film pornografi.

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. maka peneliti memberikan saran sebaiknya remaja memilih lingkungan yang baik agar tidak terjerumus ke dalam hal-hal negative salah satunya yaitu seks pranikah karena lingkungan sangat berpengaruh sekali jika lingkungan dimana remaja berada memberi pengaruh positif maka remaja tersebut kemungkinan besar akan berperilaku positif sesuai apa yang mereka lihat dan mereka lakukan di lingkungan tersebut.

## DAFTAR REFERENSI

- Erin,W.F.,Titin,I.P (2022) FAKTOR PENYEBAB DAN UPAYA PENANGANAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH REMAJA Komunikasi Orang Tua dan Anak dalam Pencegahan Seks Pranikah | Desi Maulida, Safrida: Jurnal Komunikasi Global)
- Suryanti, D., & Susmita, S. (2021). ANALISIS PERILAKU SEKS BEBAS MAHASISWA BERDASARKAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI DAN LINGKUNGAN PERGAULAN. *Jurnal'Aisyiyah Medika*, 6 hal 217-218
- Fajri Kasim (2016) Dampak Perilaku Seks Berisiko terhadap Kesehatan Reproduksi dan Upaya Penanganannya, Vol. 3, No. 1, Mei 2014 h. 40-44.
- Dewi Susanti, Qorinah E.S.A (2022) Pencegahan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Minangkabau melalui Peran Orang Tua. Malang: CV Penulis Cerdas Indonesia
- Afriani, D. (2022). Pendidikan Seks Bagi Remaja. Penerbit NEM hal 49
- Anggraini D.D, Yuliyani, Chairiyah R, Ambarwati E.R, Darmiati, Elba F, Argaheni N.B, Handayani L, Kartikasari M.N.D. (2022). Kesehatan Reproduksi. Penerbit PT GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI hal 9
- Sebayang, W., Gultom, D. Y., & Sidabutar, E. R. (2018). Perilaku seksual remaja. Deepublish
- Harahap, I. F. (2003). Kesehatan Reproduksi. PT Inovasi Pratama Internasional.
- Dadang K & Agus R. (2023) Kemenag Jatim Keluarkan Hingga 15.881 Dispensasi Nikah di Bawah Usia Syarat. *Republika*. diakses pada 2 Juni 2023 <https://news.republika.co.id/berita/romjso436/kemenag-jatim-keluarkan-hingga-15881-dispensasi-nikah-di-bawah-usia-syarat>
- Lu'un Aulia L. (2023) 141 Anak di Kabupaten Ngawi Ajukan Dispensasi Nikah, Kepala DP3AKB: 50 Persen karena Hamil. *Tribunpriangan.com*, diakses pada 2 Juni 2023,