

BAB II

KERANGKA PEMIKIRAN

A. Konseling Sebaya

1. Pengertian konseling sebaya

Menurut Prayitno, sebagaimana yang dikutip oleh Agus Sukirno, secara etimologis, istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu “*consilium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami” dan dalam bahasa Anglo-Saxon, istilah konseling berasal dari kata “*sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau “menyampaikan”.¹ Menurut W.S Winkel, sebagaimana yang dikutip oleh Tri Sukitman, menyatakan bahwa konseling merupakan bahasa serapan dari kata *counseling* yang dikaitkan dengan kata “*counsel*” yang berarti nasihat (*to obtain counsel*), anjuran (*to give counsel*), atau pembicaraan (*to make counsel*).²

Menurut Sofyan S. Willis, sebagaimana yang dikutip oleh Agus Sukirno, konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu

¹ Agus Sukirno, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling Islam*, (Serang: A-Empat, 2014), p.57

² Tri Sukitman, *Bimbingan Konseling Berbasis Pendidikan Karakter*, (Yogyakarta: Diva Press, 2015), p.18

yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.³

Menurut ASCA (*America School Counselor Asociation*), konseling adalah hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan penerimaan dan pemberian kesempatan dari konselor kepada klien, konselor mempergunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu kliennya mengatasi masalah-masalahnya.⁴

Sedangkan konseling sebaya atau dalam bahasa Inggris disebut dengan *peer counseling* diartikan pada teman sebaya dalam situasi konseling kelompok yang saling membantu dan mendukung satu sama lain; menunjuk pula pada orang-orang dalam kelompok usia sama, khususnya remaja, yang saling membantu sesama teman sebayanya, atau saling mengonseling satu sama lain, setelah mereka mendapatkan pelatihan konseling.⁵

Menurut Carter, sebagaimana yang dikutip oleh Hunainah, konseling sebaya muncul bersamaan dengan konsep bantuan sebaya (*peer support*) pada tahun 1939 yang bertujuan membantu para penderita alkoholik.

³ Agus Sukirno, *pengantar Bimbingan...*,p.59

⁴ Agus Sukirno, *pengantar Bimbingan...*, p.59

⁵ Andi Mappiare, *Kamus Istilah Konseling& Terapi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006), p.238

Selanjutnya istilah konseling sebaya dipopulerkan oleh Varenhorst, 1976; Carr, 1981; Tindall dan Gray, 1985; dan Kan, 1996.⁶

Menurut Tindall dan Gray sebagaimana yang dikutip oleh Suwarjo, konseling sebaya adalah ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu nonprofesional yang berusaha membantu orang lain. Konseling teman sebaya mencakup hubungan membantu yang dilakukan secara individual (*one-to-one helping relationship*), kepemimpinan kelompok, kepemimpinan diskusi, pemberian pertimbangan, tutorial, dan semua aktivitas interpersonal manusia untuk membantu atau menolong.⁷

Menurut Tindal, sebagaimana yang dikutip oleh Hunainah, Istilah “*peer*” adalah seseorang yang berbagi pengalaman, nilai-nilai, dan gaya hidup tepatnya sesama usia. Sedangkan menurut Kan, konseling sebaya adalah memecahkan masalah dengan menggunakan keterampilan dan mendengarkan secara aktif, untuk mendukung orang-orang yang sebaya dengan kita. Kan mengakui bahwa keberadaan konseling sebaya merupakan kombinasi dari dua aspek yaitu teknik dan pendekatan.⁸ Secara khusus konseling sebaya tidak memfokuskan pada evaluasi isi, namun

⁶ Hunainah, *Teori Dan Implementasi Konseling Sebaya*, cet ke 2, (Bandung: Rizqi Press, 2016), p.81

⁷ Suwarjo, “*Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja*”, Makalah FIP UNY, 29 Februari 2008

⁸ Hunainah, *Teori Dan Implementasi...*, p.81-82

lebih memfokuskan pada proses berpikir, proses-proses perasaan dan proses pengambilan keputusan.⁹

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya adalah proses pemberian bantuan oleh individu kepada individu atau kelompok, yang fokus pada penyelesaian masalah-masalah yang bersifat psikologis. Di mana pada prosesnya bisa dilakukan kapan dan di mana saja, serta bisa terjadi pada situasi dan kondisi yang tanpa perencanaan khusus.

2. Elemen-elemen pokok konseling sebaya

Menurut Kan, elemen-elemen pokok konseling sebaya adalah:¹⁰

- a. Premis dasar yang mendasari konseling sebaya adalah bahwa pada umumnya individu mampu menemukan solusi-solusi dari berbagai kesulitan yang dialami, dan mampu menemukan cara mencapai tujuan masing-masing.
- b. Kenyataan bahwa “konselor” sebaya adalah seseorang teman sebaya dari konseli yang menyediakan kontak di antara keduanya. mereka memiliki pengalaman hidup yang sama yang memungkinkan rileks dalam bertukar pengalaman dan menjaga rahasia tentang apa yang dibicarakan dan dikerjakan dalam pertemuan tersebut.

⁹ Hunainah, *Teori Dan Implementasi...*, p.83

¹⁰ Hunainah, *Teori Dan Implementasi...*, p.82

- c. terdapat kesamaan kedudukan (*equality*) antara “konselor sebaya dengan konseli, meskipun peran masing-masing berbeda. mereka berbagi pengalaman dan bekerja berdampingan.
 - d. Semua teknik yang digunakan dalam konseling sebaya membantu konseli dalam memperoleh pemahaman dan pengalaman tentang dirinya, mendorong sumber-sumber kreativitas, membantu konseli menyadari emosi, keinginan, dan kebutuhan-kebutuhannya.
 - e. Keputusan tentang kapan akan memulai dan mengakhiri serta di mana akan dilakukan konseling sebaya terletak pada konseli.
 - f. Seorang teman sebaya dapat berupa seseorang dalam situasi atau kondisi yang sama, atau seseorang dengan usia sebaya, atau seseorang dengan latar belakang, dan budaya yang sama.
3. Langkah-langkah konseling sebaya

Konseling sebaya dibangun melalui langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Pemilihan calon ”konselor” teman sebaya.

Meskipun keterampilan pemberian bantuan dapat dikuasai oleh siapa saja, faktor kesukarelaan dan faktor kepribadian pemberi bantuan (konselor sebaya) ternyata sangat menentukan keberhasilan pemberian bantuan. Oleh karena itu perlu dilakukan pemilihan calon “konselor” sebaya. Pemilihan didasarkan pada karakteristik-karakteristik hangat, memiliki minat untuk membantu, dapat diterima orang lain, toleran

terhadap perbedaan sistem nilai, energik, secara sukarela bersedia membantu orang lain, memiliki emosi yang stabil, dan memiliki prestasi belajar yang cukup baik atau minimal rata-rata, serta mampu menjaga rahasia.¹¹

b. Pelatihan konselor sebaya.

Tujuan utama pelatihan “konselor” sebaya adalah untuk meningkatkan jumlah remaja yang memiliki dan mampu menggunakan keterampilan-keterampilan pemberian bantuan. Calon ”konselor” sebaya dibekali kemampuan untuk membangun komunikasi interpersonal secara baik. Sikap dan keterampilan dasar konseling yang meliputi kemampuan berempati, kemampuan melakukan *attending*, keterampilan bertanya, keterampilan merangkum pembicaraan, asertifitas, *genuineness*, konfrontasi, dan keterampilan pemecahan masalah, merupakan kemampuan-kemampuan yang dibekalkan dalam pelatihan konseling teman sebaya.¹²

c. Pelaksanaan konseling sebaya.

Dalam praktiknya, interaksi ”konseling” teman sebaya lebih banyak bersifat spontan dan informal. Spontan dalam arti interaksi

¹¹ Suwarjo, “Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja”, (*Makalah*, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2008), p.9

¹² Suwarjo, “Konseling Teman Sebaya...”, p.10

tersebut dapat terjadi kapan saja dan dimana saja, tidak perlu menunda. Meskipun demikian prinsip-prinsip kerahasiaan tetap ditegakkan.¹³

B. Prilaku Seksual Pranikah

1. Pengertian perilaku seksual pranikah

Menurut pendapat Skinner, sebagaimana yang dikutip oleh Notoatmodjo, yang dikutip kembali oleh Abrori, perilaku merupakan reaksi seseorang terhadap rangsangan dari luar (lingkungan).¹⁴ Menurut Chaplin, mengatakan bahwa perilaku merupakan kumpulan dari reaksi, perbuatan, aktivitas, gerakan, tanggapan, atau jawaban seseorang, seperti berpikir, bekerja, dan relasi seksual. Reaksi perilaku manusia terdiri dari aspek kognitif, afektif, dan motorik.¹⁵

Menurut Martopo, sebagaimana yang dikutip oleh Abrori, menyatakan bahwa perilaku seksual adalah perilaku yang bertujuan untuk menarik perhatian lawan jenis.¹⁶ Menurut Sarwono, sebagaimana yang dikutip oleh Abrori, perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis. Sedangkan pengertian pranikah adalah pra berarti sebelum,

¹³ Suwarjo, "Konseling Teman Sebaya....", p.10

¹⁴ Abrori, *Di Simpang Jalan Aborsi*, (Semarang: Gih Pustaka Mandiri, 2014), p.27

¹⁵ Herri Zan Pieter, dan Namora Lumongga Lubis, *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2016), p.26

¹⁶ Abrori dan Mahwar Qurbaniah, *Buku Ajar Infeksi Menular Seksual*, (Pontianak: UM Pontianak Pers, 2017), p.25

dan nikah berarti perjanjian antara laki-laki dan perempuan untuk bersuami istri dengan resmi.¹⁷

Menurut Mu'tadin, sebagaimana yang dikutip oleh Abrori, menyatakan bahwa perilaku seksual pranikah merupakan perilaku seksual yang dilakukan tanpa melalui proses pernikahan resmi menurut agama kepercayaan masing-masing. segala tingkah laku remaja yang didorong oleh hasrat baik dengan lawan jenis maupun sesama jenis yang dilakukan sebelum adanya hubungan resmi sebagai suami istri. objek seksualnya bisa berupa orang lain, orang dalam khayalan, ataupun diri sendiri.¹⁸

Berdasarkan penjelasan beberapa pendapat di atas dapat penulis simpulkan bahwa perilaku seksual pranikah adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual yang dilakukan seseorang dengan lawan jenis atau sesama jenis tanpa adanya ikatan pernikahan resmi menurut agama kepercayaan masing-masing.

2. Jenis perilaku seksual pranikah

Perilaku seksual pranikah remaja ketika berpacaran, terdiri dari beberapa tahap dari yang beresiko rendah hingga tinggi.¹⁹

a. Berpegangan tangan

¹⁷ Abrori, *Di Simpang...*, p.23-24

¹⁸ Abrori dan Mahwar Qurbaniah, *Buku Ajar...*, p.25

¹⁹ Abrori, *Di Simpang...*, p.30-32

Dapat menimbulkan keinginan untuk mencoba aktivitas seksual yang lain. Saat berpegangan tangan biasanya muncul perasaan-perasaan aman dan nyaman.

b. Berpelukan

Membuat jantung berdegup lebih cepat dan menimbulkan rangsangan seksual (terutama mengenai daerah erogenous).

c. Cium kering

Berupa sentuhan pipi dengan pipi atau pipi dengan bibir, bisa mengakibatkan fantasi seksual berkembang, menimbulkan perasaan sayang jika diberikan pada momen tertentu. Selain itu dapat menimbulkan keinginan untuk melanjutkan ke bentuk aktivitas seksual yang lain.

d. Cium basah

Berupa sentuhan bibir dengan bibir. Dapat menimbulkan sensasi seksual yang kuat dan membangkitkan dorongan seksual yang tidak terkendali. Selain itu memudahkan penyaluran penyakit melalui mulut seperti TBC. Apabila dilakukan secara terus-menerus dapat menimbulkan ketagihan.

e. Meraba bagian sensitif

Merupakan kegiatan meraba atau memegang bagian sensitif (payudara, vagina, atau penis). Dapat menimbulkan rangsangan

seksual sehingga melemahkan kontrol diri dan akal sehat. Akibat berikutnya bisa melakukan aktivitas seksual lanjutan seperti cumbuan berat atau *intercourse*.

f. Petting

Merupakan keseluruhan aktivitas seksual *non-intercourse* (hingga menempelkan alat kelamin), bisa menimbulkan ketagihan, kehamilan, dan resiko terkena IMD serta HIV cukup tinggi, apalagi berlanjut ke *intercourse*. Secara psikologis menimbulkan perasaan cemas dan bersalah karena sanksi moral dan agama. Bagi laki-laki dapat memuaskan kebutuhan seksual, sedangkan bagi perempuan dapat merusak selaput dara.

g. Oral

Seks oral pada laki-laki adalah ketika seseorang menggunakan bibir, mulut, atau lidah pada penis dan sekitarnya, sedangkan pada perempuan melibatkan bagian di sekitar vulva, yaitu labuan, klitoris, dan bagian dalam vagina, seks oral tidak menyebabkan kehamilan namun perilaku seksual dengan resiko penularan IMS tinggi.

h. Bersenggama

Merupakan aktivitas seksual dengan memasukkan alat kelamin laki-laki ke dalam alat kelamin perempuan. Dampak hubungan seksual yang dilakukan sebelum saatnya adalah perasaan bersalah, terutama

pada saat pertama kali, pun kehamilan sehingga terpaksa menikah, serta merusak nama baik pribadi dan keluarga.

3. Faktor penyebab perilaku seksual pranikah

a. Meningkatnya libido seksualitas

Di dalam upaya mengisi peran sosialnya yang baru, remaja mendapatkan motivasinya dari meningkatnya energi seksual atau libido. Menurut Sigmund Freud, energi seksual ini berkaitan erat dengan kematangan fisik. Sedangkan menurut Anna Freud, fokus utama dari energi seksual ini adalah perasaan-perasaan di sekitar alat kelamin, objek-objek seksual dan tujuan-tujuan seksual.²⁰

b. Penundaan usia perkawinan

Dengan makin meningkatnya taraf pendidikan masyarakat dan dengan makin banyaknya anak-anak perempuan yang bersekolah, makin tertunda kebutuhan untuk mengawinkan anak-anak. Para orang tua menyadari bahwa persiapan yang lebih lama diperlukan untuk lebih menjamin masa depan anak-anak mereka, sehingga orang tua menyuruh anak-anaknya sekolah dulu sebelum mengawinkan mereka.²¹

²⁰ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, cet. 17(Jakarta, Rajawali Pers,2015), p.198

²¹ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.199

c. Tabu-larangan

Ditinjau dari pandangan psikoanalisis, tabunya pembicaraan mengenai seks tentunya disebabkan karena seks dianggap sebagai bersumber pada dorongan-dorongan naluri di dalam "id". Dorongan-dorongan naluri seksual ini bertentangan dengan dorongan "moral" yang ada dalam "super ego", sehingga harus ditekan, tidak boleh dimunculkan pada orang lain dalam bentuk tingkah laku terbuka. Karena itu, remaja (dan juga banyak orang dewasa) pada umumnya tidak mau mengakui aktivitas seksualnya dan sangat sulit diajak berdiskusi tentang seks, terutama sebelum ia bersenggama untuk yang pertama kalinya. Menurut Rogel & Zuehlke, sebagaimana dikutip oleh Sarlito W. Sarwono, Tabu-tabu ini mempersulit komunikasi dan sulitnya komunikasi, khususnya dengan orang tua, pada akhirnya akan menyebabkan perilaku seksual yang tidak diharapkan.²²

d. Kurangnya informasi tentang seks

Pada umumnya seseorang yang memasuki usia remaja tanpa pengetahuan yang memadai tentang seks. Selama hubungan pacaran berlangsung pengetahuan itu bukan saja tidak bertambah, akan tetapi malah bertambah dengan informasi-informasi yang salah. Hal yang

²² Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.199

terakhir ini disebabkan oleh orang tua yang tabu membicarakan seks dengan anaknya dan hubungan orang tua-anak sudah terlanjur jauh sehingga anak berpaling ke sumber-sumber lain yang tidak akurat, khususnya teman.²³

e. Pergaulan yang semakin bebas

Kebebasan pergaulan antar jenis kelamin pada remaja, kiranya dengan mudah bisa disaksikan dalam kehidupan sehari-hari, dan kekhawatiran orang tua tentang "keselamatan" anak-anak remaja dari ancaman bahaya seks pranikah, menjadi beban pikiran yang tidak bisa terhindarkan, karena setiap orang tua tidak bisa secara penuh memantau aktivitas anak-anak remaja mereka di luar rumah.²⁴

C. Pacaran

1. Pengertian pacaran

Pacaran berasal dari kata “pacar” yang mempunyai arti teman lawan jenis yang tetap dan mempunyai hubungan berdasarkan cinta kasih; kekasih. Pacaran/berpacaran mempunyai arti bercintaan; berkasih-kasih.²⁵ Menurut Bannet seperti yang dikutip oleh Dian

²³ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.201

²⁴ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.204-205

²⁵ Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional “*Kamus Besar Bahasa Indonesia*”, cet ke III (Jakarta: Balai Pustaka, 2005)

Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, pacaran adalah hubungan pranikah antara pria dan wanita yang diterima oleh masyarakat.²⁶

Pacaran merupakan proses pengenalan antara dua insan manusia yang biasanya berada dalam rangkaian tahap mencari kecocokan menuju kehidupan berkeluarga yang dikenal dengan pernikahan. Namun pada kenyataannya, penerapan proses tersebut masih sangat jauh dari tujuan yang sebenarnya. Manusia yang belum cukup umur dan masih jauh dari kesiapan memenuhi persyaratan menuju pernikahan telah dengan nyata membiasakan tradisi yang mestinya tidak mereka lakukan.²⁷

Menurut Bell sebagaimana yang dikutip oleh Yahdinil Firda, yang dikutip kembali oleh Sohari Sahrani, menyatakan bahwa pacaran adalah hubungan antara dua manusia yang berlainan jenis kelaminnya dan masing-masing memiliki komitmen untuk tidak berkencan dengan orang lain. Sedangkan menurut Abd Rachman Asegaf, seperti yang dikutip Sohari Sahrani, pacar diartikan sebagai teman lawan jenis yang tetap dan mempunyai hubungan batin, biasanya untuk menjadi tunangan dan kekasih.²⁸

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa pacaran adalah hubungan cinta kasih antara dua individu yang berlainan jenis kelamin

²⁶ Dian Wisnuwardhani dan Sri Fatmawati Mashoedi, *Hubungan Interpersonal*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2012), p.83

²⁷ [Http://id.wikipedia.org/wiki/Pacaran](http://id.wikipedia.org/wiki/Pacaran)/diakses pada tanggal 20 Februari 2018 pukul 09.00 WIB

²⁸ Sohari Sahrani, *Fiqh Keluarga*, (Serang: Dinas Provinsi Banten, 2011), p.29

(antara laki-laki dan perempuan) yang keduanya saling memiliki rasa suka atau tertarik dan berkomitmen untuk mencari kecocokan menuju kehidupan berkeluarga. Menurut Baron dan Byne sebagaimana yang dikutip oleh Fattah Hanurawan, mendefinisikan cinta sebagai sebuah kombinasi emosi, kognisi, dan perilaku yang ada dalam sebuah hubungan intim.²⁹

2. Faktor pendorong pacaran

Menurut Yela sebagaimana dikutip oleh Fattah Hanurawan, mengemukakan para ahli psikologi, khususnya psikologi sosial melakukan kajian tentang cinta terkait dengan perilaku menyukai atau tertarik orang lain dalam konteks supaya menjalin hubungan diantara dua pribadi. Dalam hal ini seseorang mencintai orang lain karena dalam proses interaksi di antara dua pribadi dimulai dari seseorang memiliki ketertarikan dengan orang lain. Pengetahuan psikologi sosial tentang kemenarikan interpersonal dapat dimanfaatkan untuk kemenarikan interpersonal sehingga orang dapat membangun hubungan interpersonal secara lebih baik dan pada kesempatan berikutnya itu dapat meningkatkan kualitas hidup.³⁰

Dalam konteks ini seseorang menyukai atau tertarik dengan orang lain untuk menjalin hubungan khusus, disebabkan oleh beberapa faktor.

²⁹ Fattah Hanurawan, *Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), p.157

³⁰ Fattah Hanurawan, *Psikologi..*, p.157-158

a. Kedekatan

Para ahli psikologi menyimpulkan bahwa banyak orang berhubungan atau menikah dengan pasangannya karena mereka bertemu di sekitar wilayah hidupnya. Dalam hal ini orang tertarik dengan orang lain karena secara frekuensi mereka banyak berinteraksi dengan orang lain dalam wilayah hidup yang sama. Contoh orang tertarik dengan orang lain dan kemudian menjalin hubungan interpersonal khusus dengan orang lain tersebut dapat dicontohkan dengan orang-orang yang menjadi pasangan suami dan istri karena mereka hidup dalam kompleks perumahan yang sama, mereka bekerja pada tempat yang sama, mereka kuliah pada jurusan yang sama dan mereka beraktivitas dalam organisasi yang sama.³¹

b. Kemenarikan fisik

Kemenarikan fisik dapat menjadi faktor penentu seseorang mencintai orang lain dan kemudian menjalin suatu hubungan cinta. Hal ini terutama terjadi pada para pria. Banyak pria tertarik pada wanita karena penampilan fisik yang menarik sedang wanita lebih tertarik pada pria karena penampilan kepribadiannya. Ini terbukti dengan banyak fakta bahwa wanita cantik lebih mudah memperoleh teman kencan, ketimbang pria yang berwajah tampan. Selain

³¹ Fattah Hanurawan, *Psikologi...*, p.158

penjelasan itu, pemilihan pasangan berdasarkan ciri-ciri fisik juga terkait dengan prinsip keseimbangan (*matching phenomena*) diantara kedua belah pihak dan *stereotip* tentang penampilan menarik seseorang yang ada dalam masyarakat.³²

Dalam kaitan dengan konsep *stereotip*. Seseorang dianggap cantik atau ganteng lebih karena masyarakat memiliki gambaran umum tentang ideal cantik dan ganteng dalam suatu periode waktu tertentu dan untuk kelompok masyarakat tertentu. Misalnya, *stereotip* wanita cantik pada periode 2000-an dalam gambaran masyarakat Indonesia adalah perempuan yang berkulit putih, rambut sehalus dan tubuh langsing. Fenomena *stereotip* wanita cantik tahun 2000-an ini dapat ditemui dalam pembicaraan sehari-hari di kalangan publik dan media masa (televisi dan majalah).

c. Kesamaan dan kebutuhan saling melengkapi (komplementer)

Seseorang menyukai atau mencintai orang lain bisa karena dia memiliki kesamaan atau keserupaan dengan orang lain. Banyak pasangan yang memiliki kesamaan dalam nilai, keyakinan, sikap, dan perilaku, lebih memiliki kesempatan untuk menjalani hidup perkawinan yang bahagia.

³² Fattah Hanurawan, *Psikologi...*, p.158-159

Namun dalam kasus-kasus yang lain kita juga banyak menjumpai orang mencintai dan menjalin hubungan dengan orang lain yang memiliki banyak perbedaan dibanding dirinya. Fenomena ini dapat dijelaskan dari sudut pandang teori komplementer. Seseorang tertarik dengan orang lain yang banyak memiliki perbedaan dibanding dirinya karena ia merasa orang lain itu memiliki kelebihan yang dapat melengkapi kekurangan yang ada pada dirinya. Contoh: pria yang *introvert* memilih menikah dengan wanita yang *ekstrovert* atau pria yang tubuhnya tidak terlalu tinggi akan memilih wanita dengan tinggi wanita yang cukup tinggi untuk menjadi pasangan hidupnya.

d. Seseorang mencintai orang yang mencintai dirinya

Seseorang mencintai orang lain yang mencintai dirinya karena apabila seseorang dicintai oleh orang lain maka terdapat proses psikologis dimana seseorang merasa dirinya mendapat hadiah (ganjaran) karena memperoleh cinta itu. Menurut Myears seperti yang dikutip Fattah Hanurawan, ini sesuai dengan teori kebutuhan Abraham Maslow yang menyatakan bahwa manusia perlu atau ingin untuk dicintai atau mencintai. Apabila seseorang dicintai oleh orang lain maka seseorang akan merasa dihargai, terjadi peningkatan diri, merasa dirinya menarik, dan memperoleh penerimaan sosial.³³

³³ Fattah Hanurawan, *Psikologi...*, p.160

e. Keuntungan yang diperoleh dari suatu hubungan

Berdasarkan pada teori pertukaran sosial yang mengacu pada hubungan timbal balik maka seseorang akan mencintai dan terus mencintai orang lain karena orang lain itu memberikan banyak keuntungan yang signifikan kepada dirinya. Keuntungan itu dapat bersifat fisik, psikologis, material, dan spiritual. Menurut Back seperti yang dikutip oleh Fattah Hanurawan, Apabila matriks timbal balik menjadi tidak seimbang maka ada kecenderungan suatu hubungan interpersonal mengalami kerenggangan dan akhirnya berhenti. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak lelaki memilih wanita cantik sebagai pasangan karena merasa mendapat keuntungan berupa kebanggaan dapat bersama wanita cantik. Di lain pihak wanita cantik lebih memilih laki-laki yang memiliki status sosial ekonomi lebih tinggi karena banyak alasan yang menguntungkan dirinya secara sosial dan ekonomi.³⁴

3. Pacaran dalam pandangan Islam

Pacaran adalah bercintaan atau berkasih-kasih (antara lain dengan bertemu di suatu tempat pada waktu yang telah ditetapkan bersama) dengan kekasih atau teman lawan jenis yang tetap (yang hubungannya berdasarkan cinta kasih). Singkatnya pacaran adalah

³⁴ Fattah Hanurawan, *Psikologi...*, p.160

bercintaan dengan kekasih tetap. Itulah definisi baku pacaran yang dikemukakan oleh Muhammad Shodiq menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Unsur intinya ada dua: (1) 'bercintaan', dan (2) 'kekasih-tetap'.³⁵ Menurut Quraish Shihab, Jika itu yang maksud, maka perlu diketahui bahwa Islam tidak menghalangi lahirnya cinta kasih antara lawan jenis, karena itu adalah fitrah manusia bahkan fitrah semua makhluk.³⁶

Bagi manusia ia adalah dorongan naluri sejak kecil, dan kebutuhan setelah dewasa, membendungnya akan menyulitkan manusia, tetapi melepaskannya tanpa kendali juga dapat mengakibatkan bahaya yang tidak kecil. Karena itu agama memberi tuntunan. Jika ada yang ingin bercinta kasih dengan lawan jenisnya, maka hendaklah hal tersebut bertujuan untuk menjalin hidup rumah tangga. Agama sangat tegas melarang berdua-duaan walau dengan calon pasangan, walaupun pinangan dan lamaran telah disampaikan.³⁷

Islam tidak mengenal pacaran. Solusi terbaik untuk dua orang yang saling mencintai adalah menikah (jika sudah mampu secara lahir dan batin). Dari Ibnu Abbas ra, berkata bahwa Rasulullah SAW, bersabda: "Kami tidak mengetahui solusi terbaik untuk dua yang saling mencintai

³⁵ Aisha Huang, *Pacaran Islami? Siapa takut*, (Depok: Qultum Media, 2006), p.82-

³⁶ Quraish Shihab, *Mistik, Seks dan Ibadah*, (Jakarta: Republika, 2006), p.23

³⁷ Quraish Shihab, *Mistik, Seks...*, p.23-25

selain menikah." (HR IBN Majah, No. 1920, dikatakan shahih oleh Syaikh Al Albani).³⁸ Adapun orang-orang yang membuat istilah baru dengan gaya bahasa yang lain, yaitu "Pacaran Islami" itu hanya mengada-ada dan hanya ingin menepis atau menutupi kesalahan pada dirinya.³⁹

Dalam Islam, hubungan interaksi antara laki-laki dan perempuan, diatur dengan jelas dan tegas. Aktivitas pacaran yang pada kenyataannya menjadi pintu perzinahan sangat dilarang oleh agama Islam karena:

a. Islam memerintahkan untuk menundukkan pandangan

Islam mengajarkan kepada kita untuk menjaga pandangan atau *ghadul bashar*. Pandangan adalah jendela bagi hati, bagi siapa saja yang mampu menjaga pandangannya, maka akan bagus hatinya. Namun, sebaliknya, jika yang mengumbar pandangannya, maka di hatinya akan timbul banyak sekali penyakit. Allah Ta'ala berfirman, "Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: 'Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya, yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka diperbuat,' Katakanlah kepada

³⁸ Noe R Noegroho, *Jomblo Pasti Berlalu*, (Yogyakarta: Kingkong, 2016), p.48

³⁹ Atho' Illah, *Selamat Tinggal Pacaran, Selamat Datang Di Pelaminan*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2016), p.6

wanita yang beriman: 'Hendaklah mereka menahan pandangannya dan kemaluannya.' (QS An-Nur: 30-31).⁴⁰

b. Islam melarang berdua-duaan dengan yang bukan mahramnya

Banyak orang yang tidak tahu bahwa ketika seseorang berdua-duaan dengan orang yang bukan mahramnya, saat itu setan sedang menjatuhkan mereka ke dalam dosa berikutnya.⁴¹ Diantara cara-cara setan menjerumuskan manusia kedalam perbuatan keji adalah *khalwat* (berdua-duaan) dengan wanita yang bukan mahram. Karenanya, syari'at Islam menutup pintu tersebut, sebagaimana yang disabdakan Rasulullah SAW: "Tidaklah seorang laki-laki ber-*khalwat* (berdua-duaan) dengan wanita (yang bukan mahramnya) kecuali pihak ketiganya adalah setan" (HR Tirmidzi; 3/474).⁴²

c. Islam melarang menyentuh seseorang yang bukan mahramnya

Pada zaman kontemporer ini, jabat tangan antara laki-laki dengan perempuan hampir menjadi tradisi. Tradisi yang mengalahkan akhlak islami yang semestinya ditegakkan. Bahkan mereka menganggap kebiasaan itu jauh lebih baik dan lebih tinggi nilainya dari pada syari'at Allah SWT yang mengharamkannya.⁴³

⁴⁰ Noe R Noegroho, *Jomblo Pasit...*, p.40-41

⁴¹ Noe R Noegroho, *Jomblo Pasit...*, p.43

⁴² Ainul Haris Umar Thayyib, *Dosa-Dosa Yang Dianggap Bisa*, (Jakarta: Yayasan Al Safwa, 2003), p.56

⁴³ Ainul Haris Umar Thayyib, *Dosa-Dosa Yang...*, p.57

Dalam sebuah hadits shahih dijelaskan bahwa Rasulullah SAW. Bersabda: "Setiap anak Adam telah ditakdirkan bagian untuk berzina dan ini sesuatu yang pasti terjadi, tidak bisa tidak. Zina kedua mata adalah dengan melihat. Zina kedua telinga adalah dengan mendengar. Zina lisan dengan berbicara. Zina tangan dengan meraba (menyentuh). Zina kaki adalah dengan melangkah. Zina hati adalah dengan menginginkan dan berangan-angan. Lalu kemaluanlah yang nanti akan membenarkan atau mengingkari yang demikian." (HR Muslim, No 6925).⁴⁴

Dalam hadits yang lainnya lagi dijelaskan, bahwa Rasulullah SAW. Bersabda: "Ditusuknya kepala seseorang dengan pasak dari besi, sungguh itu lebih baik baginya dari pada menyentuh wanita yang tidak halal baginya (bukan mahramnya)." (HR Ar Ruyani, dalam musnadnya, 2/227, disahihkan Al Albani dalam silsilah Ash Shahihah, 1/447).⁴⁵

d. Pacaran adalah pintu perzinahan

Ketika menjalani pacaran biasanya banyak ritual yang dijalani mulai dari pegangan tangan hingga menjerumus pada hal-hal yang bisa dikatakan "berlebihan", tidak sedikit kasus-kasus asusila dan hamil di luar nikah bermula dari status pacaran. Hal-hal tersebut

⁴⁴ Noe R Noegroho, *Jomblo Pasti...*, p.44

⁴⁵ Noe R Noegroho, *Jomblo Pasti...*, p.45

menunjukkan betapa besarnya kemungkinan seseorang terjerumus ke dalam dosa besar (Zina) melalui pacaran. Allah bukan hanya memerintahkan kita untuk tidak berzina, bahkan mendekatinya pun kita dilarang.⁴⁶ Sebagaimana firman Allah SWT, "Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu suatu perbuatan keji dan suatu jalan yang buruk." (QS. Al-Isra:32).⁴⁷

D. Pencegahan Perilaku Seksual Pranikah

Untuk mencegah perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran pada remaja, ada empat faktor yang harus di perhatikan, yaitu:

1. Kondisi keluarga

Tindakan pencegahan yang paling utama adalah dari ruang lingkup keluarga, dimana keluarga harus menjaga keutuhan dan keharmonisan keluarga sebaik-baiknya. Kebiasaan menyamaratakan remaja dengan saudara-saudaranya sering kali bukan tindakan yang bijaksana karena justru akan menimbulkan rasa iri hati pada remaja. Misalnya, ibu membandingkan seorang remaja yang kurang rajin belajar dengan adiknya yang lebih rajin belajar. Ibu itu berpendapat bahwa kalau adiknya bisa rajin, kakanya pun harus bisa rajin, karena mereka sama-sama dilahirkan dari orang tua dan dididik dalam satu keluarga. Namun,

⁴⁶ Atho' Allah, *Selamat Tinggal Pacaran...*, p.62-63

⁴⁷ Mamba'us Sa'adah, *Biarkan Jodoh Yang Menjemput*, (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2016), p.49

sikap ibu yang seperti ini justru menimbulkan persepsi pada remaja bahwa ibu lebih memperhatikan adiknya dari pada dia sendiri.⁴⁸

2. Lingkungan pendidikan

Remaja yang sejak usia dini sudah dididik dengan baik dan mempunyai nilai-nilai yang mantap dalam dirinya, akan berkurang gejala jiwanya dan bisa menghadapi gejala di luar dirinya (di lingkungan) dengan lebih tenang. Dalam rangka pendidikan ini yang sangat besar pengaruhnya terhadap perkembangan jiwa remaja adalah lingkungan sekolah. Jika para guru bersama dengan seluruh korps guru di sekolah dapat melaksanakan tugasnya dengan baik, maka anak-anak didik di sekolah itu yang berada dalam usia remaja akan cenderung berkurang kemungkinannya untuk terlibat dalam masalah yang bisa menyebabkan perilaku yang menyimpang.⁴⁹

3. Organisasi (perkumpulan)

Yang tidak kalah pentingnya untuk menjaga stabilitas perkembangan jiwa remaja adalah organisasi atau perkumpulan pemuda, baik yang formal (Gerakan Pramuka, Karang Taruna, dan sebagainya), maupun yang informal (kelompok pemuda RT/RW, kelompok belajar, dan sebagainya), jika seorang remaja berada dalam organisasi atau kelompok yang tidak stabil (banyak gejala) atau bergabung dengan teman-teman

⁴⁸ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.281

⁴⁹ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.282

yang penuh gejolak (misalnya "geng", atau perkumpulan orang tukang begadang, dan sebagainya) maka itu justru akan meningkatkan kemungkinan terjadinya perilaku yang menyimpang pada remaja.⁵⁰

4. Minat Dan Bakat

Selanjutnya, untuk mengurangi kemungkinan terjadinya perilaku menyimpang, bisa dilakukan usaha untuk meningkatkan kemampuan remaja dalam bidang-bidang tertentu sesuai dengan kemampuan dan bakatnya masing-masing. Dengan adanya kemampuan khusus ini (misalnya dalam bidang teater, musik, olah raga, baca puisi, dan sebagainya), maka remaja itu bisa mengembangkan kepercayaan dirinya karena ia menjadi terpancang (mendapatkan status di mata kawan-kawannya). Ia tidak perlu bergantung kepada orang lain untuk mendapatkan perhatian dari lingkungannya (perlu untuk mengembangkan identitas diri).⁵¹

E. Penanganan Terhadap Perilaku Seksual Pranikah

Menurut Adams & Gullotta, sebagaimana dikutip oleh Sarlito, dalam prakteknya, ada beberapa teknik yang bisa dilakukan oleh para tenaga

⁵⁰ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.283

⁵¹ Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.283

profesional dalam menangani masalah masalah remaja,⁵² termasuk perilaku seksual pranikah, yaitu:

1. Penanganan individual

Dalam penanganan Individual ini bisa dilakukan beberapa macam teknik:

- a. Pemberian petunjuk atau nasihat (*guidance*). Disini konselor atau psikolog memanfaatkan pengetahuannya yang lebih banyak dari klien untuk memberikan informasi atau mencarikan jalan keluar mengenai hal-hal atau masalah-masalah yang belum diketahui oleh klien.
 - b. Konseling. Disini konselor atau psikolog tidak mendudukan dirinya pada posisi yang lebih tahu dari pada kliennya, melainkan dari posisi yang sejajar mencoba bersama-sama klien memecahkan persoalannya.
- ### 2. Penanganan keluarga

Tujuan dari penanganan keluarga ini adalah agar keluarga sebagai satu kesatuan bisa berfungsi dengan lebih baik dan setiap anggota keluarga bisa menjalankan perannya masing-masing yang saling mendukung dan saling mengisi dengan anggota keluarga yang lain.

3. Penanganan kelompok

⁵² Sarlito W. Sarwono, *Psikologi...*, p.288-292

Teknik yang hampir serupa dengan terapi keluarga adalah penanganan atau terapi kelompok. Tujuan dan dasar teorinya juga hampir sama dengan terapi keluarga, tetapi anggota kelompok yang diterapi bersama-sama ini tidak perlu saling ada hubungan keluarga, melainkan bisa orang lain. Konselor atau psikolog bertugas merangsang anggota terapi kelompok itu untuk saling bertukar pikiran, saling mendorong, saling memperkuat motivasi, saling memecahkan masalah, dan sebagainya.

4. Penanganan pasangan

Jika dihendaki terapi melalui hubungan yang intensif antara dua orang, bisa juga dilakukan terapi pasangan. Klien ditangani berdua dengan temannya, sahabatnya atau salah satu anggota keluarganya.