

**BAB IV**

**KONSELING SEBAYA UNTUK MENGURANGI**

**PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH**

**DALAM AKTIVITAS PACARAN**

**A. Langkah-Langkah Konseling Sebaya Untuk Mengurangi Perilaku Seksual Pranikah Dalam Hubungan Pacaran.**

Dalam melakukan proses konseling sebaya untuk mengurangi perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran pada mahasiswa, penulis melakukannya melalui langkah-langkah sebagai berikut:

1. Pemilihan konselor sebaya.

Dalam penelitian ini, penulis memposisikan diri sebagai konselor sebaya untuk mengurangi perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran. Konseli adalah mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Dakwah, UIN SMH Banten. Penulis menetapkan dirinya sebagai konselor sebaya dengan membangun prinsip kesukarelaan untuk memberikan bantuan kepada konseli. Penulis adalah konselor sebaya yang memiliki minat untuk membantu orang lain, dan berusaha meningkatkan karakteristik-karakteristik yang mampu menunjang proses konseling sebaya. Sehingga proses konseling sebaya bisa berjalan dengan lancar. Kemudian konseli

bisa menerima penulis sebagai konselor sebaya yang berusaha memberikan manfaat kepada konseli melalui proses konseling sebaya.

## 2. Pelatihan konselor sebaya.

Dalam hal ini penulis yang menjadi konselor sebaya, sudah mendapatkan pembekalan tentang teori dan keterampilan bimbingan dan konseling. Penulis sudah mendapatkan pembekalan materi konseling sebaya selama perkuliahan. Dalam satu semester penuh, penulis belajar mata kuliah khusus tentang konseling sebaya. Selain itu juga selama perkuliahan, penulis sudah mempelajari teknik-teknik bimbingan dan konseling dasar. Beberapa teknik terapi untuk menunjang proses konseling sebaya, sudah penulis pelajari. Proses konseling sebaya yang penulis lakukan bertujuan untuk mengurangi perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran pada mahasiswa Fakultas Dakwah, UIN SMH Banten.

## 3. Pelaksanaan konseling sebaya.

Dalam penelitian ini, pelaksanaan proses konseling sebaya bersifat informal, namun dengan tetap menggunakan prinsip-prinsip bimbingan konseling. Informal dalam arti konseling sebaya dilakukan dengan cara obrolan-obrolan santai layaknya obrolan antar teman sebaya. Proses konseling sebaya dilakukan dengan membangun kenyamanan antara penulis dan konseli. Dengan menggunakan sedikit selipan humor atau

cerita. Ketika proses konseling sebaya berlangsung, penulis berusaha membuat obrolan menjadi santai dan tidak kaku.

Penulis menggunakan gaya bahasa sederhana agar mudah dimengerti, namun dengan menyesuaikan kondisi konseli. Untuk beberapa konseli yang mengerti, penulis menggunakan bahasa *jaseng* (Jawa Serang) dalam pelaksanaan proses konseling sebaya. Penulis menyadari bahwa kesamaan bahasa mampu memperlambat dan mencairkan suasana saat proses konseling sebaya berlangsung antara penulis dengan konseli. Sehingga konseli tidak merasa risih atau takut saat bercerita. Selain itu kesamaan bahasa juga bisa menimbulkan perasaan aman dan nyaman kepada konseli saat melakukan proses konseling sebaya. Hal ini menumbuhkan rasa kepercayaan konseli kepada penulis.

Dalam pelaksanaan konseling sebaya, penulis tidak memposisikan diri sebagai orang yang lebih tahu atau lebih baik, melainkan dengan posisi yang sejajar dan mencoba bersama-sama memecahkan permasalahan konseli. Penulis sebagai konselor sebaya membebaskan konseli untuk menentukan kapan dan di mana proses konseling akan dilaksanakan. Pelaksanaan konseling sebaya dilakukan dengan tidak mengganggu jadwal-jadwal kegiatan yang penting dari konseli. Dalam melakukan proses konseling sebaya, penulis memanfaatkan tempat-tempat seperti: koridor kelas, perpustakaan, atau taman kampus saat berada di dalam

lingkungan kampus. Sedangkan saat berada di luar lingkungan kampus, penulis memanfaatkan tempat-tempat seperti: *kosan*, warung, atau tempat lainnya di luar kampus yang bisa dijadikan tempat untuk pelaksanaan proses konseling sebaya.

Pelaksanaan proses konseling sebaya ini dilakukan dalam tiga sampai lima kali pertemuan. Setiap konseli, bergantung pada aspek-aspek seperti, berapa lama waktu yang digunakan untuk proses membangun kedekatan, berapa lama waktu yang dipergunakan dalam proses assesmen, dan berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk pemberian *treatment* agar mendapatkan hasil yang maksimal.

## **B. Proses Konseling Sebaya Untuk Mengurangi Perilaku Seksual Pranikah Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah, UIN SMH Banten.**

### **1. Tahap pertama : pendekatan**

Pada tahap pertama, penulis melakukan pendekatan dengan konseli. Dalam tahap ini, penulis dan konseli lebih banyak membahas tentang hal-hal umum yang ada pada diri konseli. Hal-hal yang mudah untuk dibicarakan atau diceritakan, contohnya: pengalaman konseli selama menjadi mahasiswa, kegiatan belajar mengajar di kampus, dan aktivitas konseli di luar kampus.

Pada tahap ini, penulis berusaha untuk membangun kenyamanan dan kepercayaan kepada konseli. Sehingga konseli tidak merasa takut

atau risih untuk bercerita tentang permasalahan yang dialaminya. Selanjutnya penulis menyampaikan maksud dan tujuan dari penelitian ini.

Teknik-teknik konseling yang digunakan pada tahap pertama ini adalah teknik konseling dasar seperti: perilaku *attending*, bertanya terbuka, dan eksplorasi (perasaan dan pengalaman).

## 2. Tahap kedua : assesmen

Setelah situasi menjadi nyaman dan konseli terlihat mampu untuk berbicara dan bercerita, penulis melanjutkan dengan melakukan proses assesmen. Penulis mengawali proses assesmen dengan *open question* (bertanya terbuka) seperti:

*"Ngomong-ngomong sekarang pacarnya orang mana?"*

*"Gimana kabar hubungan kamu sama pacar yang sekarang?"*

Pada proses assesmen, penulis menggunakan jenis wawancara semi terstruktur. Yaitu jenis wawancara yang memberikan kebebasan kepada konseli dalam menjawab setiap pertanyaan yang penulis ajukan. Penulis berusaha agar mendapatkan hasil yang objektif dan menjaga sifat alamiah dari proses konseling sebaya. Tujuan dari proses assesmen ini agar penulis mengetahui perasaan dan pengalaman konseli, mengetahui dampak positif dan negatif yang konseli rasakan selama berpacaran,

alasan konseli berpacaran, tujuan konseli melakukan hubungan pacaran, dan kegiatan apa saja yang sering dilakukan bersama pacar.

Penulis berusaha membuat obrolan pada saat proses asesmen, dilakukan dengan santai supaya timbul rasa aman dan nyaman pada diri konseli. Dengan gaya bahasa seperti layaknya teman biasa, penulis tidak memosisikan diri sebagai orang yang lebih tahu.

### 3. Tahap ketiga : assesmen lanjutan, dan terapi kognitif

Pada tahap ketiga ini, penulis mulai menggali lebih dalam permasalahan utama dari proses konseling sebaya, yaitu perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran. Penulis berusaha mengeksplorasi perasaan dan pengalaman konseli selama menjalin hubungan pacaran atau saat melakukan perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran, dengan memberikan pertanyaan seperti:

*“Selama menjalin hubungan, kamu pernah berpegangan atau bergandengan tangan dengan pacar?”*

*“Bagaimana perasaan kamu saat berpegangan atau bergandengan tangan dengan pacar?”*

Dari proses assesmen lanjutan ini, penulis mendapatkan keterangan dari para konseli bahwa sebenarnya konseli sangat mengakui dan menyadari jika sebenarnya hubungan berpacaran adalah suatu aktivitas yang buruk atau perilaku negatif yang seharusnya tidak dilakukan.

Perilaku-perilaku di dalam hubungan berpacaran memang melanggar norma-norma agama.

Namun karena beberapa hal, para konseli tetap melakukan hubungan berpacaran dengan berbagai alasan, seperti: 1) butuh perhatian, 2) tidak mau kesepian, 3) butuh seseorang yang lebih dari teman untuk bisa saling mengingatkan, 4) pacaran dianggap sebagai jalan atau proses pendewasaan diri sebelum jenjang pernikahan. Alasan-alasan tersebut akhirnya yang membuat para konseli tetap melakukan hubungan berpacaran dan mengabaikan aturan bahwa dalam islam tidak membenarkan hubungan cinta kasih antara dua individu lawawan jenis, sebelum atau selain pernikahan.

Pada tahap ketiga ini, penulis berusaha mengarahkan konseli agar timbul kesadaran bahwa perilaku seksual pranikah yang konseli lakukan adalah perilaku yang menyimpang dan melanggar norma-norma, baik norma agama maupun norma sosial, yang dapat merugikan diri konseli (yang melakukan) dan orang yang ada di sekitar konseli. Penulis memberikan terapi kognitif dengan cara menginterpretasikan pengalaman-pengalam penulis kepada konseli.

#### 4. Tahap keempat : terapi perilaku

Setelah penulis memberikan terapi kognitif pada konseli, selanjutnya penulis mencoba mengarahkan kesadaran konseli agar

melakukan perilaku-perilaku yang bisa mencegah perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran. Penulis berusaha agar konseli berpikir rasional tentang perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran. Selanjutnya penulis memberikan tugas perkembangan kepada konseli berupa latihan perilaku untuk mencegah terjadinya perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran. Penulis hanya memberikan terapi perilaku ini kepada KU, RR, JD, dan IM. Sedang RT dan AS tidak diberikan, karena berdasarkan hasil assesmen mereka berdua tidak membutuhkannya. Saat ini RT tidak menjalin hubungan pacaran. AS memiliki jarak yang jauh dengan pacarnya sehingga jarang sekali bertemu dengan pacarnya.

Penulis memberikan latihan kepada KU, RR, JD, dan IM. Pertama, agar menghindari komunikasi-komunikasi dengan pacar yang mengarah kepada perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran. Kedua, menghindari pertemuan-pertemuan yang bisa mengarah kepada perilaku seksual, seperti duduk berdekatan atau berdua-duaan di tempat yang sepi. Ketiga, agar mencoba untuk berusaha mengendalikan hawa nafsunya ketika bertemu dengan pacar.

Penulis mengarahkan konseli agar menjaga pandangannya, menjaga jarak saat duduk berdua, dan menjaga agar tidak terjadi kontak fisik antara konseli dan pacarnya.

## 5. Tahap kelima : evaluasi proses konseling sebaya

Pada tahap kelima ini, penulis mengeksplorasi perasaan, pikiran, dan pengalaman konseli setelah melakukan proses konseling sebaya sejak pertemuan pertama. Pada tahap ini, penulis bertujuan mengetahui bagaimana pengaruh dari proses konseling sebaya pada perkembangan kognitif, afektif, dan motorik konseli. Selain itu penulis ingin mengetahui hambatan apa saja yang konseli hadapi dalam proses menjalankan tugas-tugas perkembangan yang penulis berikan kepada konseli di tahap-tahap sebelumnya.

Pada tahap ini, penulis juga menanyakan kepada konseli tentang kesiapan konseli, untuk melanjutkan proses konseling sebaya atau mengakhirinya. Penulis memberikan kebebasan kepada konseli untuk memilih apakah proses konseling sebaya ini perlu dilanjutkan atau sudah cukup untuk dihentikan.

### **C. Proses Konseling Tiap Konseli**

Di bawah ini penullis jelaskan proses koseling sebaya pada setiap pertemuan dengan tiap konseli.

#### 1. Konseli KU

Pertemuan pertama pada 10 januari 2018. Penulis melakukan pendekatan dan assesmen awal. Pada pertemuan ini, KU terlihat percaya diri saat bercerita tentang keseharian dan pengalaman mejalin hubunan

pacaran. Namun KU terlihat ragu-ragu, ketika penulis menyampaikan bahwa memiliki maksud dan tujuan untuk melakukan penelitian tugas skripsi. KU merasa ragu-ragu karena takut rahasianya akan tersebar luas ke khalayak umum. Namun, penulis berusaha meyakinkan KU agar tidak merasa khawatir. Penulis menjamin untuk menjaga kerahasiaannya dengan cara menggunakan nama samaran atau inisial. Setelah itu, KU mau berbicara dan bercerita, dengan lebih tenang dan aman.<sup>1</sup>

Peremuan kedua pada 19 Februari 2018. Penulis melakukan asesmen lanjutan dan terapi kognitif kepada KU. Penulis berusaha mengeksplorasi pengalaman dan perasaan KU selama berpacaaan. KU mengemukakan pernah melakukan perilaku seksual pranikah dengan pacarnya. Menurut KU, sebenarnya dia tidak pernah merencanakan perilaku seksual pranikah itu dengan pacarnya. Namun ketika situasi dan kondisinya mendukung (berdua-duaan dan sepi) gairah seksual meningkat dan perilaku itu pun akhirnya muncul. Walaupun seperti itu, KU masih tetap menjaga agar jangan sampai perilaku seksual pranikah itu sampai berlanjut ke hubungan seksual. KU masih berharap bahwa dirinya ingin mendapatkan jodoh yang baik, walaupun saat ini dirinya tidak baik.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 10 Januari 2018, pukul 11.00, di Serang

<sup>2</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 19 Februari 2018, pukul 16.00, di Serang

Pada pertemuan kedua ini, penulis berusaha mengarahkan KU agar timbul kesadaran bahwa perilaku seksual pranikah yang KU lakukan adalah perilaku yang menyimpang dan melanggar norma-norma agama maupun sosial. Penulis menyampaikan bahwa perilaku seksual pranikah dapat merugikan diri sendiri (yang melakukan) dan orang yang ada di sekitar. Penulis memberikan terapi kognitif dengan cara menginterpretasikan pengalaman dan pengetahuan penulis kepada KU.<sup>3</sup>

Penulis menyampaikan kepada KU, bahwa manusia hanya dititipi hati, tapi tidak berkuasa atas hatinya sendiri. Allah lah yang berkuasa atas hati manusia. Allah adalah zat yang berkuasa membolak-balikan hati manusia. Allah maha mengetahui semua yang kita lakukan. Semua yang dilakukan terang-terangan maupun yang disembunyikan. Bagaimana kita bisa yakin bahwa wanita yang salihah bisa menjadi jodoh kita, sedang dia hanya manusia yang dititipi hati dan tidak berkuasa atas hatinya?. Bagaimana Allah akan mempersatukan kita dengan jodoh yang baik (salihah), sedangkan Allah melihat perilaku kita yang tidak baik?. Bagaimana Allah akan rida menggerakkan hati wanita salihah itu untuk menerima kita, sedang Allah mengetahui, kita tidak pantas dengannya?. Cara terbaik untuk mendapatkan jodoh yang baik adalah dengan kita

---

<sup>3</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 19 Februari 2018, pukul 16.15, di Serang

terus berusaha memperbaiki diri kita. Sehingga Allah akan mempertemukan kita dengan jodoh yang terbaik dan pantas untuk kita.<sup>4</sup>

Pertemuan ketiga pada 21 Maret 2018. KU mengungkapkan, bahwa sebenarnya dalam hatinya ada keinginan berubah untuk tidak melakukan perilaku-perilaku yang menyimpang dalam hubungan pacaran. KU menyadari perilaku itu adalah perilaku yang dilarang oleh agama. Tapi itu sulit dijaga. Apa lagi dalam situasi dan kondisi berdua-duan. KU merasa bahwa lebih enak punya pacar dibandingkan tidak punya pacar. KU menyatakan, bahwa untuk berubah itu sangat sulit dan berat karena dia tidak mau kesepian (jomblo).<sup>5</sup>

Selanjutnya penulis memberikan terapi perilaku kepada KU. Penulis memberikan tugas perkembangan. Penulis mengarahkan agar KU menghindari komunikasi-komunikasi yang kurang penting, menghindari pertemuan-pertemuan yang hanya berdua-duaan, dan mengendalikan hawa nafsunya ketika bertemu dengan pacar. Penulis mengarahkan KU agar menjaga pandangannya, menjaga jarak saat bertemu dengan pacarnya, dan menjaga agar tidak terjadi kontak fisik antara KU dengan

---

<sup>4</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 19 Februari 2018, pukul 16.30, di Serang

<sup>5</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 21 Maret 2018, pukul 15.00, di Kragilan

pacarnya.<sup>6</sup> Selama dua minggu penulis mem-*follow up* tugas perkembangan yang KU kerjakan melalui pesan *WhatsApp*.

Pertemuan terakhir pada 5 April 2018. Setelah memberikan tugas perkembangan kepada KU selama dua minggu, penulis mengevaluasi hasil proses konseling sebaya. Hasil dari tugas perkembangan yang penulis berikan, tidak begitu maksimal. Karena selama dua minggu tersebut, KU masih melakukan komunikasi-komunikasi yang tidak layak dan tidak ada niatan untuk mengurangi. KU masih melakukan pertemuan, walupun hanya beberapa kali.<sup>7</sup>

Walaupun hasil dari tugas perkembangan tidak maksimal, setelah melakukan proses konseling sebaya, KU lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran. KU mengatakan, bahwa dalam menjalin hubungan pacaran, dirinya bukan hanya melakukan perilaku-perilaku yang mengimpang, tetapi juga ketika KU berusaha untuk memperbaiki diri semuanya terasa berat, karena dia sudah terlanjur merasakan kenyamanan dalam menjalin hubungan pacaran. KU merasa tidak bisa untuk tidak menjalin hubungan pacaran, karena KU tidak bisa kesepian (*jomblo*).<sup>8</sup>

---

<sup>6</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 21 Maret 2018, pukul 15.30, di Kragilan

<sup>7</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 15.00, di Serang

<sup>8</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 15.30, di Serang

Menurut KU, setelah melakukan proses konseling sebaya, dirinya lebih bersemangat untuk terus berusaha memperbaiki diri. KU lebih menyadari bahwa dirinya adalah cerminan untuk jodohnya, sehingga membuat KU harus berusaha menjadi lebih baik, jika menginginkan jodoh yang baik.<sup>9</sup>

## 2. Konseli RR

Pertemuan pertama pada 20 Februari 2018. Penulis melakukan pendekatan dan asesmen awal. Pada pertemuan ini, RR sangat terbuka saat bercerita tentang pengalaman hubungan pacarannya. RR tidak terlihat ragu, ketika penulis menyampaikan bahwa memiliki maksud dan tujuan untuk melakukan penelitian tugas skripsi. RR justru dengan senang hati menceritakan apa yang pernah dilakukan dengan pacarnya. RR hanya meminta agar kerahasiaannya harus terjaga dan tidak tersebar luas ke khalayak umum. Penulis meyakinkan RR dengan menyatakan bahwa, namanya akan penulis samarkan.<sup>10</sup>

Pertemuan kedua pada 21 Februari 2018. Penulis melakukan assesmen lanjutan. Penulis berusaha mengeksplorasi perasaan dan pengalaman dari RR. RR mengungkapkan, bahwa saat melakukan perilaku seksual dengan pacarnya (di saat melakukannya), RR merasa

---

<sup>9</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 16.00, di Serang

<sup>10</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 20 Februari 2018, pukul 13.00, di Serang

senang. Namun, kesenangan itu hanya sesaat dirasakan. Setelah selesai melakukannya, beberapa menit kemudian ada perasaan bersalah dan tidak nyaman, karena sadar apa yang dilakukannya adalah perilaku yang menyimpang dan melanggar norma agama maupun sosial. RR mengatakan:

*“...ya kalo lagi ngelakuinnya mah ya seneng, tapi ya itu beberapa menit setelahnya baru tuh muncul rasa-rasa yang kaya, Ya Allah kenapa yah saya bisa ngelakuin itu, pokonya ngerasa menyesal lah”*.<sup>11</sup>

Namun sangat disayangkan rasa penyesalan itu juga hanya bersifat sementara. Setelah lewat satu atau dua hari, perasaan menyesal itu hilang, dan tidak merubah RR menjadi lebih baik. Akhirnya pada hari-hari berikutnya RR melakukan kembali perilaku-perilaku seksual pranikah dengan pacarnya. Tidak ada keinginan yang kuat dari RR, untuk benar-benar berusaha agar tidak melakukannya lagi.<sup>12</sup>

Pertemuan ketiga pada 13 Maret 2018. Penulis memberikan terapi kognitif. Penulis berusaha mengarahkan RR, agar timbul kesadaran bahwa perilaku seksual pranikah yang dia lakukan adalah perilaku yang menyimpang dan melanggar norma-norma agama maupun sosial.

---

<sup>11</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 21 Februari 2018, pukul 14.30, di Serang

<sup>12</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 21 Februari 2018, pukul 15.00, di Serang

Perilaku itu dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain yang ada di sekitar. Penulis memberikan terapi kognitif dengan meminta pendapat RR tentang sudut pandang agama Islam terhadap aktivitas pacaran.<sup>13</sup>

Menurut RR, untuk meyakinkan diri sendiri agar tidak menjalin hubungan pacaran itu sangat sulit. Apa lagi jika sudah terlanjur menjalin hubungan pacaran dengan seseorang. RR menyampaikan bahwa, walaupun dalam hati ada keinginan untuk tidak berpacaran lagi, tetapi ketika ada laki-laki yang berusaha mendekati, dia sulit menghindar. RR menyampaikan:

*“...gak enak rasanya, kalo gak merespon. Apa lagi kalo cowoknya itu baik, terus tampan”*.<sup>14</sup>

Pertemuan keempat pada 14 Maret 2018. Penulis memberikan terapi perilaku kepada RR. Penulis memberikan tugas perkembangan sama seperti KU. Penulis mengarahkan RR agar menghindari komunikasi-komunikasi yang kurang penting, menghindari pertemuan-pertemuan yang hanya berdua-duaan, dan berani menolak atau menghindar ketika pacarnya melakukan perilaku yang tidak pantas.<sup>15</sup> Selama dua minggu

---

<sup>13</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 13 Maret 2018, pukul 13.30, di Serang

<sup>14</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 13 Maret 2018, pukul 13.45, di Serang

<sup>15</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 14 Maret 2018, pukul 13.30, di Serang

penulis mem-*follow up* tugas perkembangan yang RR kerjakan melalui pesan *WhatsApp*.

Pertemuan terakhir pada 5 April 2018. Setelah memberikan tugas perkembangan kepada RR selama dua minggu, penulis mengevaluasi hasil proses konseling sebaya. Di minggu pertama, RR menyampaikan, bahwa terjadi pertengkaran antara dia dan pacarnya. Selama lima hari, RR tidak berkomunikasi dengan pacarnya. Menurutnya, ini baru pertama kali dia rasakan. Biasanya, jika bertengkar hanya dua sampai tiga hari saja. RR sempat menganggap bahwa dia dan pacarnya sudah putus. Namun, setelah itu pacarnya mendahului untuk meminta maaf. Selanjutnya, pada minggu kedua, RR benar-benar memutuskan pacarnya.<sup>16</sup>

RR menyampaikan, konflik ceritanya panjang. Tapi yang menjadi catatan penting, RR sudah lelah dan bosan menjalani hubungan pacaran tanpa adanya kepastian dari pacarnya. Lamanya hubungan pacaran tidak menjamin langgengnya pernikahan. RR menyampaikan kepada pacarnya, bahwa dirinya ingin segera dilamar. Jika pacarnya benar-benar serius dan mampu, pacarnya harus segera melamarnya. Jika tidak

---

<sup>16</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 09.00, di Serang

mampu, lebih baik mempersiapkan diri, lahir dan batin, dengan tidak menjalin hubungan pacaran.<sup>17</sup>

Setelah melakukan proses konseling sebaya, RR lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran dan perilaku seksual pranikah. RR mengatakan, jika ada seseorang yang belum pernah menjalin hubungan pacaran, dia menyarankan agar jangan coba-coba untuk pacarana. Aktivitas pacaran itu dosa. Jika seseorang sudah mengenal pacaran, pasti susah untuk menghindar. RR menyampaikan:

“...*Pegang-pegangan tangan mah pasti.*<sup>18</sup>”

Menurut RR, Setelah melakukan proses konseling sebaya, membuat dirinya banyak mendapatkan pemahaman. Dia lebih menyadari bahwa hubungan pacaran adalah aktivitas yang seharusnya tidak dilakukan karena jika seseorang menjalin hubungan pacaran, pasti melakukan perilaku-perilaku menyimpang yang melanggar norma-norma agama maupun sosial.<sup>19</sup>

### 3. Konseli JD

Pertemuan pertama pada 6 Maret 2018. Penulis melakukan pendekatan dan assesmen awal. Pada pertemuan ini, JD sangat terbuka

---

<sup>17</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 09.30, di Serang

<sup>18</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 10.00, di Serang

<sup>19</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 10.30, di Serang

menerima penulis sebagai teman sebayanya. Setelah itu penulis menyampaikan bahwa memiliki maksud dan tujuan untuk melakukan penelitian tugas skripsi. JD menerima dengan senang hati dan bersedia untuk melakukan proses konseling sebaya. Selanjutnya JD menceritakan pengalaannya selama menjalin hubungan pacaran. Penulis menyampaikan, bahwa akan menjaga kerahasiannya dengan tidak menyebut namanya di dalam laporan skripsi. Tapi hanya akan menggunakan inisial.<sup>20</sup>

JD menyampaikan, keadaan dia sebagai anak rantauan di Banten, membuat dia membutuhkan perhatian dari seseorang agar dia tidak merasakan kejenuhan dan kesendirian. Inilah yang menjadi alasannya menjalin hubungan pacarana. Menurut pengakuan dari JD, aktivitas pacarannya adalah jalan, makan, dan ngobrol-ngobrol berdua, itupun jarang. JD dan pacarnya adalah mahasiswa yang mempunyai kesibukan yang lumayan padat.<sup>21</sup>

Menurut pengakuan JD, perilaku seksual pranikah yang pernah dilakukan dengan pacarnya hanya sekedar berpegangan atau bergandengan tangan. Menurut JD, jika hanya sekedar berpegangan atau bergandengan tangan, itu masih dalam batasan wajar dalam hubungan

---

<sup>20</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 6 Maret 2018, pukul 13.00, di Serang

<sup>21</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 6 Maret 2018, pukul 14.45, di Serang

berpacaran. JD mengetahui dan menyadari bahwa dalam sudut pandang agama, berpegangan atau bergandengan tangan dengan yang bukan muhrim sebenarnya sangat dilarang.<sup>22</sup>

Pertemuan kedua pada 13 Maret 2018. Penulis memberikan terapi kognitif. Penulis berusaha mengarahkan JD, agar timbul kesadaran bahwa berpegangan atau bergandengan tangan itu adalah perilaku seksual pranikah yang menyimpang dari sudut pandang agama Islam. Perilaku itu dapat merugikan dirinya sendiri dan pacarnya. JD menyampaikan, bahwa dia memegangi tangan pacar, tidak dengan hawa nafsu seksual. JD menyampaikan, bahwa dia sangat mencintai dan menyayangi pacarnya. Oleh karena itu dia akan menghargai dan menjaga kehormatan dari pacarnya.<sup>23</sup>

Penulis menyampaikan kepada JD, bahwa batas larangan dalam perzinahan adalah “mendekati” bukan “melakukan”. Mendekati berarti sebenarnya belum melakukan, dan larangan Allah dalam Al Quran adalah dilarang untuk mendekati. Ketika seseorang menjalin hubungan pacaran, artinya dia mendekati zina, maka dari itu pacaran dilarang dalam ajaran agama Islam. Ketika seseorang menjalin hubungan pacaran, seseorang itu pasti melakukan aktivitas yang dilarang oleh agama Islam.

---

<sup>22</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 6 Maret 2018, pukul 15.00, di Serang

<sup>23</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 13 Maret 2018, pukul 13.00, di Serang

Contohnya: saling pandang-pandangan (zina mata), duduk berdua-duaan (*berkhalwat*), jalan berdua-duaan, berpegangan tangan (zina tangan), dan berkomunikasi dengan kata-kata sayang/cinta. Semuanya itu dilakukan dengan seseorang yang bukan istri/suaminya. Saat itu, JD terlihat diam dan merenungi dengan apa yang penulis sampaikan.<sup>24</sup>

Pertemuan ketiga pada 15 Maret 2018. Penulis selanjutnya memberikan terapi perilaku kepada JD. Penulis memberikan tugas perkembangan sama seperti KU dan RR. Penulis mengarahkan JD, agar menghindari komunikasi-komunikasi yang kurang penting, dan menghindari pertemuan-pertemuan yang hanya berdua-duaan. Penulis mengarahkan JD agar menjaga pandangannya, menjaga jarak saat bertemu dengan pacarnya, dan menjaga agar tidak terjadi kontak fisik antara dia dengan pacarnya.<sup>25</sup> Selama sepuluh hari penulis mem-*follow up* tugas perkembangan yang JD kerjakan melalui pesan *WhatsApp*.

Pertemuan terakhir pada 26 Maret 2018. Setelah memberikan tugas perkembangan kepada JD selama sepuluh hari, penulis mengevaluasi hasil proses konseling sebaya. Menurut JD, setelah mendapatkan tugas perkembangan dari penulis, dia berbicara kepada pacarnya. Dia menyampaika kepada pacarnya untuk mengurangi komunikasi-

---

<sup>24</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 13 Maret 2018, pukul 13.30, di Serang

<sup>25</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 15 Maret 2018, pukul 14.00, di Serang

komunikasi yang kurang penting dan mengurangi intensitas pertemuan selama menjalin hubungan pacaran. Karena itu bisa menjadi faktor terjadinya perilaku-perilaku menyimpang dalam menjalin hubungan pacaran. Menurut JD, tanggapan dari pacarnya sangat baik. Pacarnya memahamai dengan apa yang JD lakukan. Karena semua itu demi kebaikan hubungan.<sup>26</sup>

JD menyadari bahwa, jika terlalu sering melakukan komunikasi-komunikasi yang kurang penting dan tidak menjaga intensitas pertemuan, sama dengan membuka kesempatan terjadinya perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran, Menurut JD, setelah melakukan proses konseling sebaya, dirinya lebih menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan bahkan dilarang dalam agama Islam. Karena aktivitas di dalamnya banyak melakukan dosa. Perubahan kognitif ini yang membuat JD berpikir untuk menjaga jarak dengan cara mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting dan mengurangi intensitas pertemuan dengan pacarnya agar tidak terlalu banyak melakukan dosa.<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 13.30, di Serang

<sup>27</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 14.00, di Serang

#### 4. Konseli IM

Pertemuan pertama pada 7 Maret 2018. Penulis melakukan pendekatan dan assesmen awal. Pada pertemuan ini, IM terlihat mal-malu dan tidak terbuka saat bercerita tentang pengalamannya selama berpacaran. Ketika penulis menyampaikan bahwa memiliki maksud dan tujuan untuk melakukan penelitian tugas skripsi, IM terlihat ragu-ragu. Namun Penulis menyampaikan, bahwa akan menjaga kerahasiannya dengan tidak menyebut namanya di dalam laporan skripsi. Tapi hanya akan menggunakan inisial.<sup>28</sup>

Pertemuan kedua pada 20 Maret 2018. Penulis melakukan assesmen lanjutan. Pada roses assesmen, IM sangat menyadari jika dilihat dari sudut pandang agama, sebenarnya dia tahu bahwa hubungan pacaran itu dilarang. IM mengetahui bahwa Islam tidak mengajarkan pacaran. IM menyampaikan:

*“...bahkan, sebenarnya kan! teleponan dengan orang yang bukan mahrim itu juga sebenarnya kan itu adalah perbuatan dosa.”<sup>29</sup>*

Pertemuan ketiga pada 26 Maret 2018. Penulis masih melakukan assesmen lanjutan dan memberikan terapi kognitif. IM mengungkapkan, bahwa sebenarnya dulu, dia memegang prinsip bahwa dia tidak mau

---

<sup>28</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 7 Maret 2018, pukul 13.00, di Serang

<sup>29</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 20 Maret 2018, pukul 11.00, di Serang

bersentuhan dengan lawan jenis yang bukan muhrim. Tapi setelah menjalin hubungan pacaran, prinsip itu sulit diterapkan karena perasaan tidak enak dan takut pacarnya marah. IM tidak berani menolak saat pacarnya memegang tangan atau memeluknya. Penulis berusaha mengarahkan IM, agar timbul kesadaran bahwa perilaku itu dapat merugikan dirinya sendiri dan orang lain yang ada di sekitar terutama orangtua.<sup>30</sup>

Penulis memberikan terapi kognitif dengan memberikan penjelasan hubungan antara anak dengan orangtuanya dalam sudut pandang agama Islam. Penulis menjelaskan, bahwa ketika seorang anak melakukan perbuatan dosa, sebenarnya dia juga mentranfer dosa kepada orangtuanya. Saat itu, IM menyatakan, bahwa dia juga sudah mengetahui akan hal itu. Namun, sangat disayangkan, dia melalaikannya dan itu tidak menghalangi IM untuk terus menjalin hubungan pacaran karena IM terlanjur merasakan kenyamanan dengan pacarnya.<sup>31</sup>

Pertemuan keempat pada 5 April 2018. Penulis memberikan terapi perilaku kepada IM. Penulis memberikan tugas perkembangan sama seperti KU, RR, dan JD. Penulis mengarahkan IM agar menghindari komunikasi-komunikasi yang kurang penting, menghindari pertemuan-

---

<sup>30</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 10.30, di Serang

<sup>31</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 11.15, di Serang

pertemuan yang hanya berdua-duaan, dan berani menolak atau menghindar ketika pacarnya melakukan perilaku yang tidak pantas.<sup>32</sup> Selama satu minggu penulis mem-*follow up* tugas perkembangan yang IM kerjakan melalui pesan *WhatsApp*.

Pertemuan terakhir pada 12 April 2108. Setelah memberikan tugas perkembangan kepada JD selama satu minggu, penulis mengevaluasi hasil proses konseling sebaya. Menurut IM, setelah mendapat tugas perkembangan dari penulis, dirinya mampu menguatkan kembali prinsip-prinsip yang dulu pernah ia jaga. Yaitu prinsip bahwa dia tidak mau bersentuhan dengan lawan jenis yang bukan mahram. Setelah melakukan proses konseling sebaya, IM lebih bersemangat untuk memperbaiki diri. IM berusaha ingin kembali menjaga prinsip itu, walaupun masih menjalin hubungan pacaran.<sup>33</sup>

Menurut IM, setelah melakukan proses konseling sebaya, IM berusaha mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting dengan pacarnya. IM juga mengurangi intensitas pertemuan dengan pacarnya. IM lebih menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan dalam agama Islam. Banyak perilaku di dalamnya, melakukan dosa. IM lebih menyadari dampak-dampak negatif dari aktivitas pacaran dan

---

<sup>32</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 13.30, di Serang

<sup>33</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 12 April 2018, pukul 13.00, di Serang

perilaku seksual pranikah, bisa merugikan dirinya dan orang-orang yang disekitarnya terutama orang tua.<sup>34</sup>

## 5. Konseli RT

Pertemuan pertama pada 20 Februari 2018. Penulis melakukan pendekatan dan assesmen awal. Pada pertemuan ini, RT terlihat percaya diri dan terbuka saat bercerita tentang pengalamannya selama berpacaran. Ketika penulis menyampaikan bahwa memiliki maksud dan tujuan untuk melakukan penelitian tugas skripsi, RT tidak merasa keberatan. Namun dia meminta penulis agar menjaga kerahasiannya. Penulis menyampaikan, bahwa tidak akan menyebut namanya di dalam laporan skripsi. Tapi hanya menggunakan inisial.<sup>35</sup>

Menurut RT, dengan berpacaran dia merasa bisa mengenali lebih dalam karakter dari laki-laki yang akan menjadi calon suaminya. Menurut pengakuannya, RT pernah melakukan perilaku seksual pranikah seperti: berpegangan atau berganengan tangan, cium kering dan berpelukan. Menurut RT, berpelukan dengan pacar dapat mengurangi beban masalah yang sedang terjadi. Saat berpelukan dengan pacar, hati atau perasaan yang saat itu penuh beban, terasa lebih tenang dan nyaman. RT menceritakan bahwa dirinya juga pernah mengalami

---

<sup>34</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 12 April 2018, pukul 13.20, di Serang

<sup>35</sup> RT, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 20 Februari 2018, pukul 13.00, di Serang

kegagalan dalam pernikahan. Calon suaminya menghilang dan meninggalkan RT tanpa sebab. Sampai sekarang. Saat ini RT sedang menjalin kedekatan dengan dua laki-laki yang masih ditunggu keseriusannya untuk menjalin hubungan yang serius.<sup>36</sup>

Pertemuan kedua pada 26 Maret 2018. Penulis memberikan terapi kognitif. Penulis berusaha mengarahkan RT, agar timbul kesadaran bahwa kejadian di masa depan sangat bergantung pada masa sekarang. Sedangkan masa sekarang bergantung pada masa lalu. Penulis menyampaikan, bahwa kegagalan pernikahan yang pernah dia alami, harunya bisa menjadi pelajaran penting. Kejadian itu, pasti memiliki hikmah yang tersembunyi. Bisa jadi, kejadian itu ada kaitannya dengan perilaku pacaran RT di masa lalu. Sehingga Allah mengharapkan RT bisa belajar dari kejadian itu, dan RT berusaha untuk memperbaiki diri menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Saat itu, RT terlihat mengabaikan dengan apa yang penulis sampaikan.<sup>37</sup>

Pertemuan terakhir pada 5 April 2018. Setelah memberikan terapi kognitif kepada RT, penulis langsung mengevaluasi hasil proses konseling sebaya. Ini dilakukan karena RT sudah tidak mau melanjutkan proses konseling sebaya. Menurut RT, setelah melakukan proses

---

<sup>36</sup> RT, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 20 Februari 2018, pukul 14.00, di Serang

<sup>37</sup> RT, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 13.30, di Serang

konseling sebaya, RT menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran. Namun RT masih menganggap bahwa hubungan pacaran masih bisa menjadi cara alternatif sebelum menuju hubungan pernikahan. Menurut RT, dengan menjalin hubungan pacaran, dirinya bisa lebih mengenal bakal calon suaminya. Mulai dari karakter kepribadian sampai perilaku baik dan buruknya bisa terlihat selama berpacaran. Namun, RT menyampaikan, dirinya harus lebih berhati-hati dalam memilih pacar. Apa lagi jika calon pacarnya itu mempunyai niat serius sampai ke pernikahan.<sup>38</sup>

#### 6. Konseli AS

Pertemuan pertama pada 7 Maret 2018. Penulis melakukan pendekatan dan assesmen awal. Pada pertemuan ini, AS terlihat santai, tenang dan mudah sekali akrab dengan penulis. Padahal penulis adalah orang yang baru dikenalnya. Bahkan AS sempat mentraktir penulis minum kopi. Ketika penulis menyampaikan bahwa memiliki maksud dan tujuan untuk melakukan penelitian tugas skripsi, AS tidak merasa keberatan. Bahkan siap membantu memberikan informasi yang penulis butuhkan. Penulis menyampaikan, bahwa akan menjaga kerahasiannya

---

<sup>38</sup> RT, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 13.00, di Serang

dengan baik. Penulis tidak menyebut namanya di dalam laporan skripsi. Tapi hanya akan menggunakan inisial.<sup>39</sup>

Alasan AS berpacaran, berbeda antara dulu dengan sekarang. Dulu, AS menjalin hubungan berpacaran hanya untuk sekedar main-main dan tidak ada niatan untuk serius ke jenjang pernikahan. Sedangkan sekarang, AS ingin serius mencari kecocokan pada pacarnya untuk dijadikan istri. Pacarnya yang sekarang adalah perempuan yang sangat AS diharapkan menjadi jodohnya. Pacarnya yang sekarang adalah siswa kelas tiga SMA.<sup>40</sup>

Pertemuan kedua pada 30 Mei 2018. Penulis melakukan assesmen lanjutan dan memberikan terapi ognitif kepada AS. Menurut pengakuannya, AS pernah dikecewakan oleh perempuan (pacarnya). Setelah itu, pengalamannya selama berpacaran lebih banyak dilakukan dengan tujuan main-main atau tidak ada keseriusan. AS menyatakan, banyak mendapatkan pelajaran tentang sifat dan perilaku perempuan. Sekaligus cara bagaimana menghadapi karakter sikap dari setiap perempuan yang dia jadikan pacar.<sup>41</sup>

---

<sup>39</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 7 Maret 2018, pukul 13.00, di Serang

<sup>40</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 7 Maret 2018, pukul 16.00, di Serang

<sup>41</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 30 Mei 2018, pukul 13.00, di Serang

Selanjutnya penulis memberikan terapi kognitif kepada AS. Penulis berusaha menguatkan kepercayaan diri AS yang mengharapkan pacarnya menjadi jodohnya. Penulis menanyakan keseriusan AS kepada pacarnya. Penulis juga menanyakan bagaimana AS bisa mencapainya. AS menyampaikan, dirinya berusaha agar tidak seperti dulu. AS menjaga kehormatan pacarnya yang sekarang. AS tidak melakukan pertemuan yang hanya berdua-duaan. AS tidak memiliki niat untuk melakukan perilaku seksual pranikah dengan pacarnya. AS juga sudah menabung untuk persiapan melamar pacarnya.<sup>42</sup>

Pertemuan terakhir pada 10 Juni 2018. Setelah penulis mendapatkan keterangan dari AS dipertemuan sebelumnya, penulis langsung mengevaluasi hasil dari proses konseling sebaya. Ini dilakukan karena AS terlihat sudah memiliki tujuan yang baik dan perilaku AS sudah tidak seperti dulu lagi.<sup>43</sup>

Setelah melakukan proses konseling sebaya, AS lebih menyadari bahwa memang sebenarnya hubungan pacaran tidak dianjurkan dalam agama Islam. Oleh sebab itu, AS menyatakan, bahwa hubungan pacaran yang dia jalani sekarang berbeda dengan hubungan pacaran sebelumnya. Proses konseling sebaya membuat AS menguatkan kepercayaan dirinya

---

<sup>42</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 30 Mei 2018, pukul 13.30, di Serang

<sup>43</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 10 Juni 2018, pukul 13.00, di Serang

untuk merealisasikan keinginan melamar pacarnya. Bahkan AS berencana akan melamar pacarnya di tahun depan.<sup>44</sup>

#### **D. Perubahan Konseli Setelah Melakukan Proses Konseling Sebaya**

Setelah melakukan peroses konseling sebaya, terdapat beberapa perubahan yang terjadi pada para konseli. Perubahan tersebut dapat dikelompokkan menjadi perubahan kognitif, perasaan, dan perilaku.

##### 1. Perubahan kognitif

- a. Lebih menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan dalam agama Islam.

Setelah melakukan proses konseling sebaya, terdapat peningkatan kesadaran pada konseli, tentang sudut pandang agama terhadap hubungan cinta kasih sebelum pernikahan (pacaran). Konseli lebih menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan dalam agama Islam. AS, IM, RR, dan JD adalah konseli yang merasakan perubahan tersebut. Setelah melakukan proses konseling sebaya, AS, IM, RR, dan JD, lebih menyadari bahwa hubungan paccaran tidak diajarkan dalam agama Islam.

- b. Lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran dan perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran

---

<sup>44</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 10 Juni 2018, pukul 13.30, di Serang

Dalam menjalin hubungan pacaran, sebenarnya para konseli menyadari bahwa terdapat dampak negatif yang dirasakan selama berpacaran. Khususnya jika pernah melakukan perilaku seksual pranikah dengan pacar. Dampak negatif yang dirasakan oleh konseli selama menjalin hubungan pacaran diantaranya: (1) konseli merasa aktivitasnya terbatas, (2) menjadi beban pikiran dan perasaan, (3) melawan orang tua, (4) banyak waktu yang terbuang sia-sia, (5) melanggar perintah agama.

Selain itu, perasaan bersalah/berdosa pun dirasakan karena merasa memilliki tanggung jawab moral dan tanggung jawab spiritual sebagai hamba Tuhan. Namun, karena para konseli terlanjur merasakan kenyamanan dalam menjalin hubungan pacaran, dampak-dampak negatif tersebut tidak menjadi penghambat untuk terus menjalin hubungan pacaran.

Proses konseling sebaya mampu membuat konseli lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran dan perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran. KU, IM, RT, RR, AS dan JD adalah konseli yang merasakan perubahan tersebut. IM, RT, RR, AS dan JD lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran dan perilaku seksual pranikah, karena menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan dalam agama Islam. Sedangkan KU lebih

menyadari dampak negatif hubungan pacaran, karena dia merasakan sulitnya ketika harus tidak menjalin hubungan pacarana.<sup>45</sup>

## 2. Perubahan perasaan

### a. Menguatkan kepercayaan diri untuk melamar

Setelah melakukan proses konseling sebaya, AS lebih menyadari bahwa memang sebenarnya hubungan pacaran tidak dianjurkan dalam agama islam. AS lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran dan perilaku seksual pranikah. Oleh sebab itu, AS menyatakan bahwa hubungan pacaran yang ia jalani sekarang berbeda dengan hubungan-hubungan pacaran sebelumnya. Proses konseling sebaya membuat AS menguatkan kepercayaan dirinya untuk merealisasikan keinginannya agar segera melamar pacarnya, bahkan AS berencana akan melamar pacarnya ditahun depan.<sup>46</sup>

### b. Lebih bersemangat untuk berusaha memperbaiki diri

Selama proses konseling sebaya berlangsung, ada beberapa konseli yang memang memiliki keinginan untuk berusaha memperbaiki diri. Tapi karena beberapa hal, proses memperbaiki diri itu terhambat bahkan tidak diusahakan dengan sungguh-sungguh. Proses konseling sebaya mampu memberikan motivasi kepada

---

<sup>45</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 16.00, di Serang

<sup>46</sup> AS, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 10 Juni 2018, pukul 13.30, di Serang

konseli, sehingga konseli lebih bersemangat untuk berusaha memperbaiki diri.

KU dan IM adalah konseli yang merasakannya. Setelah melakukan proses konseling sebaya, KU lebih bersemangat untuk terus berusaha memperbaiki diri. KU menyadari bahwa dirinya adalah cerminan untuk jodohnya, sehingga membuat KU harus berusaha menjadi lebih baik jika menginginkan jodoh yang baik.<sup>47</sup> Menurut IM, proses konseling sebaya mampu menguatkan kembali prinsip-prinsip yang dulu pernah dia jaga. IM mengatakan, dirinya dulu menjaga prinsip bahwa, dia tidak mau bersentuhan dengan lawan jenis yang bukan muhrim. Setelah melakukan proses konseling sebaya, IM lebih bersemangat untuk memperbaiki diri dan berusaha ingin menghidupkan kembali prinsip itu walaupun masih menjalin hubungan pacaran.<sup>48</sup>

### 3. Perubahan perilaku

#### a. Lebih berhati-hati dalam memilih pasangan

---

<sup>47</sup> KU, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 16.00, di Serang

<sup>48</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 12 April 2018, pukul 13.00, di Serang

Menurut RT, dirinya akan lebih berhati-hati dalam memilih pasangan untuk menjalin hubungan pacaran, apa lagi jika seseorang itu mempunyai niat serius sampai ke jenjang pernikahan.<sup>49</sup>

- b. Mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting atau yang mengarah ke perilaku seksual pranikah

Setelah melakukan proses konseling sebaya, perubahan yang terjadi pada beberapa konseli salah satunya adalah mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting atau komunikasi-komunikasi yang mengarah langsung kepada perilaku seksual pranikah. IM dan JD adalah konseli yang melakukan hal itu. IM berusaha mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting dengan pacarnya karena lebih menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan dalam agama Islam.<sup>50</sup> Setelah melakukan proses konseling sebaya, JD berbicara kepada pacarnya untuk mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting selama menjalin hubungan pacaran.<sup>51</sup> Tanggapan dari pacarnya sangat baik, ketika JD meminta untuk mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang

---

<sup>49</sup> RT, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 13.00, di Serang

<sup>50</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 12 April 2018, pukul 13.20, di Serang

<sup>51</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 13.30, di Serang

penting. Pacarnya memahamai dengan apa yang JD lakukan karena semua itu demi kebaikan.<sup>52</sup>

c. Mengurangi intensitas pertemuan

Menurut keterangan para konseli, perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacarana, tidak pernah direncanakan sebelumnya. Namun ketika situasi dan kondisinya berdua-duaan, dan di tempat yang sepi, maka niat untuk melakukan perilaku itu pun muncul dan akhirnya terjadilah perilaku yang menyimpang. Pertemuan menjadi kesempatan terjadinya perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran. Semakin sering seseorang melakukan pertemuan dengan pacarnya, sama dengan membuka kesempatan terjadinya perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacarana.

Setelah melakukan proses konseling sebaya, para konseli menyadari bahwa untuk mencegah terjadinya perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran adalah dengan cara mengurangi intensitas pertemuan dengan pacarnya. Beberapa konseli berusaha mengurangi instensitas pertemuan dengan pacarnya. Beberapa konseli mengurangi pertemuan yang bersifat menghindar dari keramaian (pertemuan yang hanya berdua-duaan atau pertemuan di tempat yang

---

<sup>52</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 14.00, di Serang

sepi). Karena itu bisa membuka kesempatan terjadinya perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran.

IM dan JD adalah konseli yang melakukan hal itu. IM berusaha mengurangi intensitas pertemuan dengan pacarnya karena lebih menyadari bahwa dalam hubungan pacaran banyak melakukan dosa<sup>53</sup> Setelah melakukan proses konseling sebaya, JD berusaha untuk berbicara kepada pacarnya agar bisa mngurangi intensitas pertemuan yang bisa menjadi penyebab munculnya niat untuk melakukan perilaku-perilaku menyimpang dalam hubungan pacaran.<sup>54</sup>

d. Memutuskan hubungan pacaran

Terjadinya perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacarana, karena adanya hubungan cinta dan kasih antara dua individu lawan jenis sebelum pernikahan. Diawali dengan kata *Jadian*, kemudian berlanjut dengan menjalin hubungan pacaran. Hubungan pacaran membuat seseorang memiliki pemahaman bahwa semua aktivitas atau perilaku yang dilakukan dengan pacar adalah “boleh”. Karena keduanya memiliki perasaan yang sama untuk saling memiliki dan saling berbagi.

---

<sup>53</sup> IM, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 12 April 2018, pukul 13.20, di Serang

<sup>54</sup> JD, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 26 Maret 2018, pukul 14.00, di Serang

Hubungan pacaran menjadi faktor utama yang memberikan kesempatan terjadinya perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran. Jika seseorang tidak menjalin hubungan pacaran maka seseorang itu tidak akan pernah memiliki kesempatan untuk melakukan perilaku seksual pranikah. Namun, ketika seseorang itu menjalin hubungan pacaran, maka satu sama lain harus saling menghargai, saling mengerti, dan saling memberi perhatian. Maka terjadilah komunikasi-komunikasi yang tidak layak, pertemuan-pertemuan yang tidak patut, dan perilaku-perilaku menyimpang yang dilakukan karena seseorang itu menjalin hubungan pacaran.

Jika ada seseorang yang menjalani hubungan pacaran, kemudian memutuskan pacarnya, artinya seseorang itu menutup kesempatan agar tidak melakukan perilaku menyimpang. RR adalah satu-satunya konseli yang mampu melakukannya. Menurut RR, memutuskan pacar bukan sesuatu yang mudah dilakukan, terlebih jika sudah merasakan kenyamanan. Namun kesadaran akan dampak negatif hubungan pacaran, dan kesadaran bahwa hubungan pacaran tidak dibenarkan dalam agama Islam, menjadi alasan yang kuat bagi RR untuk memutuskan pacarnya.<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup> RR, diwawancarai oleh Al Asyari, *catatan pribadi*, pada 5 April 2018, pukul 13.30, di Serang

Dari penjelasan di atas, di bawah ini penulis tunjukkan dalam sebuah tabel perubahan konseli, setelah melakukan proses konseling sebaya.

**Tabel Perubahan Konseli Setelah Melakukan Proses Konseling Sebaya**

No	Perubahan Konseli		Konseli					
			KU	AS	RR	RT	IM	JD
1	Kognitif	Lebih menyadari bahwa hubungan pacaran tidak diajarkan dalam agama Islam.		x	x		x	x
2		Lebih menyadari dampak negatif dari hubungan pacaran dan perilaku seksual pranikah dalam hubungan pacaran	x		x	x	x	x
3	Perasaan	Menguatkan kepercayaan diri untuk melamar		x				
4		Lebih bersemangat untuk berusaha memperbaiki diri	x				x	
5		Lebih berhati-hati dalam memilih pasangan				x		
6	Perilaku	Mengurangi komunikasi-komunikasi yang kurang penting					x	x
7		Mengurangi intensitas pertemuan					x	x
8		Memutuskan hubungan pacaran dengan pacar			x			

Setelah melakukan proses konseling sebaya, terdapat perubahan positif pada para konseli. Beberapa konseli mengalami perubahan yang signifikan dan beberapa konseli yang lain tidak begitu signifikan. Walaupun seperti itu, proses konseling sebaya mampu memberikan pengaruh yang positif pada para konseli. Dalam penelitian ini, diperoleh hasil bahwa konseling sebaya mampu menjadi langkah preventif maupun kuratif untuk mahasiswa yang pernah melakukan perilaku seksual pranikah dengan pacarnya. Pendekatan konseling sebaya bisa menjadi cara alternatif untuk mengurangi perilaku seksual pranikah dalam aktivitas pacaran.