

# **Kecemasan Orangtua terhadap Pergaulan Bebas Remaja dan Upaya Preventifnya melalui Pendekatan Prognosis**

Andri Afriani

Email: [andriafriani.aa@gmail.com](mailto:andriafriani.aa@gmail.com)

**Institut Agama Islam Hamzanwadi NW Lombok Timur**

## **Abstrak**

Pergaulan remaja yang bebas sebenarnya dikarenakan oleh segala macam perkembangan yang disalah artikan oleh remaja itu sendiri maupun lingkungannya. Seks bebas menyebabkan para remaja kehilangan bangku sekolahnya, sama halnya juga para mahasiswi yang terpaksa berhenti kuliah karena hamil diluar nikah. Selain itu, hamil diluar nikah dapat berujung pada pengguguran janin, baik melalui aborsi ataupun bunuh diri karena tidak siapnya menerima kenyataan hamil diluar nikah. Terpenting sebenarnya adalah bagaimana remaja dapat menempatkan dirinya sebagai remaja yang baik dan benar sesuai dengan tuntutan agama dan norma yang berlaku dalam masyarakat serta dituntut peran serta orangtua dalam memperhatikan tingkah laku dalam kehidupan sehari-hari anaknya, memberi pendidikan agama dan pendidikan seks yang benar. Oleh sebab itu, permasalahan ini merupakan tugas seluruh elemen bangsa tanpa terkecuali. Usaha untuk melakukan pencegahan sudah semestinya terus dilakukan untuk menyelamatkan generasi muda. Agar lebih bermoral, agar lebih bisa diandalkan untuk kebaikan negara ke depan. Pergaulan juga mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan kepribadian seorang individu. Pergaulan yang dilakukan itu mencerminkan kepribadiannya, baik pergaulan yang positif maupun pergaulan negatif. Pergaulan positif dapat berupa kerja sama antar individu atau kelompok guna melakukan hal-hal yang positif. Sedangkan pergaulan negatif lebih mengarah ke pergaulan bebas, hal itulah yang harus dihindari, terutama bagi remaja yang masih mencari jati diri.

**Kata Kunci :** *Kecemasan orangtua, pergaulan bebas, remaja.*

## **Latar Belakang**

Di era globalisasi sekarang, semua sudah semakin canggih mulai dari tingginya perkembangan teknologi sampai pendidikan, tetapi mirisnya pergaulan remaja pun semakin bebas. Sehingga banyak kebudayaan-kebudayaan asing masuk ke dalam budaya di tempat kita, namun tidak sesuai dengan kebudayaan kita. Pada saat ini, kebebasan bergaul pada remaja sudah sampai pada tingkat mengkhawatirkan. Para remaja dengan bebas bergaul dengan lawan jenis. Sering

kali dijumpai di tempat-tempat umum, mereka beranggukan mesra tanpa menyadari bahwa ada masyarakat yang melihat di sekitarnya. Mereka yang sudah mengenal istilah pacaran dari awal remaja. Pacaran bagi mereka adalah bentuk gengsi yang membanggakan. Akibatnya, remaja zaman sekarang sering kali bersaing untuk mendapatkan pacar<sup>1</sup>. Selain itu, dikalangan remaja sering dijumpai adanya perilaku yang menyimpang. Perilaku menyimpang merupakan hasil dari proses sosialisasi yang tidak sempurna. Kelompok yang paling rentan dalam proses perilaku menyimpang yaitu para remaja. Hal ini wajar terjadi tidak lain karena mereka memiliki karakteristik tersendiri yang unik, yaitu dalam masa-masa labil, atau sedang pada taraf pencarian identitas, yang mengalami masa transisi dari masa remaja menuju status dewasa dan sebagainya.<sup>2</sup>

Generasi muda sekarang ini menjadi bahan pembicaraan oleh semua kalangan masyarakat, karena generasi muda adalah generasi penerus bangsa, maka generasi muda-lah yang menentukan semua yang di cita-citakan bangsa dan negara. Generasi muda adalah tulang punggung bangsa, yang di harapkan di masa depan mampu meneruskan tongkat estafet kepemimpinan bangsa serta agar lebih baik. Pada sisi lain, remaja adalah generasi muda yang berada pada masa transisi untuk mencoba-coba, psikologis remaja pun sangat mudah untuk dipengaruhi. Perkembangan remaja diikuti dengan rasa ingin mencoba sesuatu yang pernah dilihat tanpa harus diajak, adapun anak yang dibesarkan oleh keluarga yang *broken home*, dan pola pikir berbeda dengan anak yang sering dibesarkan dari orangtua kandungya. Ditambah dengan mudahnya mendapatkan bahan tersebut untuk meraka konsumsi. Usia remaja yang masih sangat rentan dalam melakukan perilaku menyimpang, maka harus memberikan perhatian lebih kepada remaja melalui pendidikan formal, informal, dan non-formal.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Pendapat pakar psikologi bahwa remaja dikenal dengan proses pencarian jati diri (untuk mengetahui peranan dan kedudukannya dalam lingkungan sekaligus mengenal dirinya lebih dekat). (STUDIA, 2005) Remaja, dalam proses mencari jati diri, arti dari hidup dan memiliki rasa ingin tahu yang begitu besar, sehingga semakin dilarang, semakin penasaran dan akhirnya remaja berani untuk mengambil resiko tanpa pertimbangan terlebih dahulu. (WorldPress.com)

<sup>2</sup> Vivi Vike Mentiri, Perilaku Menyimpang di Kalangan Remaja di Kelurahan Pondang, Kecamatan Amurung Timur Kabupaten Minahasa Selatan, Journal, Vol.III, No.I (2014), h.2.

<sup>3</sup> Sahriraman, "Masalah-Pergaulan-Bebas di Kalangan Remaja", diakses melalui: <http://edwincool07.blogspot.com/2012/02/pergaulan-bebas.html>.

Meskipun di sekolah sudah ada peraturan sekolah yang dilengkapi dengan sanksi, namun masih ada siswa yang berperilaku tidak sesuai dengan aturan sekolah, seperti: datang terlambat, tidak masuk sekolah tanpa izin, merokok, malaki teman, berani pada guru, berkelahi, dan sebagainya. Selain itu, ada pula siswa yang berperilaku menyimpang dari norma-norma yang berlaku di masyarakat seperti: bertindak kekerasan, berkelahi dengan siswa lain, bicara tidak sopan, berani pada orang tua, melakukan perbuatan tidak senonoh, berpacaran melebihi batas, dan sebagainya. Semua tingkah laku yang menyimpang dari ketentuan yang berlaku dalam masyarakat (norma agama, etika, peraturan sekolah dan keluarga, dan lain-lain) dapat disebut sebagai perilaku menyimpang.<sup>4</sup> Dari permasalahan di atas, penelitian ini berupaya untuk mendalami problematika pada remaja dan bagaimana tindakan preventif untuk mencegah pergaulan bebas pada remaja.

## **Landasan Teori**

### **Pengertian Pergaulan Bebas**

Pergaulan bebas merupakan salah satu bentuk perilaku menyimpang, yang mana “bebas” yang dimaksud adalah melewati batas-batas norma yang ada. Masalah pergaulan bebas ini sering kita dengar dan saksikan baik di lingkungan maupun dari media massa. Pergaulan bebas sering dikonotasikan dengan sesuatu yang negatif seperti seks bebas, narkoba, kehidupan malam, dan lain-lain. Pergaulan bebas yang dimaksud adalah pada “*free sex*”. Sedangkan remaja adalah individu yang labil emosinya rentan tidak terkontrol oleh pengendalian diri yang benar. Karena remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa. Masalah keluarga, kekecewaan, pengetahuan yang minim, dan ajakan teman-teman yang bergaul bebas membuat makin berkurangnya potensi generasi muda Indonesia dalam kemajuan bangsa.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Ani Yuniati, Perilaku Menyimpang dan Tindak Kekerasan Siswa SMP di Kota Pekalongan, *Journal of Educational Social Studies*, Vol.6, No.1 (2017), hlm.2.

<sup>5</sup> Ibid.

Para ahli pendidikan sependapat bahwa remaja<sup>6</sup> adalah mereka yang berusia antara 16 tahun sampai dengan 24 tahun. Seorang remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan sebagai kanak-kanak, namun masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Mereka sedang mencari pola hidup yang paling sesuai baginya dan ini sering dilakukan melalui metode coba-coba walaupun melalui banyak kesalahan. Kesalahan yang dilakukan sering menimbulkan kekhawatiran serta perasaan yang tidak menyenangkan bagi lingkungan dan orangtuanya.

Pengertian pacaran dalam era globalisasi informasi ini sudah sangat berbeda dengan pengertian pacaran di masa dulu. Akibatnya, di zaman ini banyak remaja yang putus sekolah karena hamil. Oleh karena itu, dalam masa pacaran, anak hendaknya diberi pengarahan tentang idealisme dan kenyataan. Anak hendaknya ditumbuhkan kesadarannya bahwa kenyataan sering tidak seperti harapan kita, sebaliknya harapan tidak selalu menjadi kenyataan. Demikian pula dengan pacaran. Keindahan dan kehangatan masa pacaran sesungguhnya tidak akan terus berlangsung selamanya. Penyebab maraknya pergaulan bebas berdasarkan penelitian di sebuah desa di Indonesia, sekitar 60 hingga 80 persen remaja mengaku pernah melakukan hubungan seks. Ancaman pola hidup seks bebas remaja secara umum baik di pondokan atau kos-kosan tampaknya berkembang semakin serius. Namun tabel lebih menunjukkan banyaknya seks bebas di kalangan anak kos, karena kondisi yang jauh dari bimbingan orang tuanya. Kelompok remaja yang masuk ke dalam penelitian tersebut rata-rata berusia 16-25 tahun, dan umumnya masih bersekolah di tingkat SLTA atau mahasiswa.

---

<sup>6</sup> Remaja, kata itu mengandung aneka kesan. Ada yang menganggap remaja merupakan kelompok yang biasa saja (tiada beda dengan kelompok manusia lain), menganggap remaja adalah kelompok orang-orang yang sering menyusahkan orang tua, menganggap bahwa remaja sebagai potensi manusia yang perlu dimanfaatkan. Sedangkan kesan dari pihak remaja sendiri adalah sebaliknya. Remaja berbicara tentang ketidakacuhan atau ketidakpedulian orang-orang dewasa terhadap remaja, kelompok remaja adalah minoritas yang punya “dunia” sendiri yang yang sukar dijamah oleh orang dewasa, menganggap bahwa kelompok remajalah yang mempunyai tanggung jawab masa depan terhadap bangsa. Baca Farida, *Pergaulan Bebas dan Hamil Pranika*”, Jurnal “Analisa” Volume XVI, No. 01, Januari - Juni (2009), h. 128.

## **Faktor-faktor Penyebab Pergaulan Bebas**

Awal mula seorang remaja terjerumus ke dalam pergaulan bebas adalah salah bergaul dan mudah terpengaruh oleh temannya yang tidak benar. Kebanyakan remaja ini ingin di puji dan dikatakan gaul oleh teman-temannya tanpa memikirkan dampak dan akibat yang berkelanjutan. Maksud dari salah bergaul adalah bukan berarti kita harus memilih dalam bergaul, kita boleh saja bergaul dengan siapa pun asalkan kita jangan mudah terpengaruh dan tetap berpegang teguh kepada norma-norma agama dan norma hukum yang berlaku, karena gaul tidak harus melakukan seks bebas.<sup>7</sup> Oleh karena itu, kita sebagai remaja harus membiasakan berfikir panjang ke depan sebelum melakukan sesuatu hal, apalagi yang belum kita ketahui dampak baik dan buruknya bagi diri kita, keluarga dan orang lain.

Berikut beberapa faktor yang mendorong para remaja untuk melakukan seks bebas adalah sebagai berikut:

### **1. Karena kehidupan iman yang rapuh (tipis)**

Agama dan keimanan merupakan landasan hidup seorang individu. Tanpa agama, hidup mereka akan kacau, karena mereka tidak mempunyai pandangan hidup. Agama dan keimanan juga dapat membentuk kepribadian individu. Dengan agama, individu dapat membedakan mana yang baik dan mana yang tidak. Tetapi pada remaja yang ikut ke dalam pergaulan bebas, biasanya tidak mengetahui mana yang baik dan mana perbuatan yang bertentangan dengan moral.

### **2. Kurangnya perhatian orangtua.**

Orangtua sangat berperan penting dalam kehidupan seorang anak. Perhatian orangtua sangat diperlukan oleh seseorang karena orang tua adalah yang paling dekat dengannya. Bimbingan orangtua sangat berpengaruh pada tingkah laku seseorang. Apabila orang tua kurang memberi pengarahan serta pengetahuan, maka seorang anak akan mudah terjerumus dalam kebiasaan berseks bebas.<sup>8</sup> Tetapi ada juga anak yang memang memiliki kepribadian buruk, walaupun

---

<sup>7</sup> Ibid.

<sup>8</sup> *Ibid.*..., h. 38.

orangtuanya sudah memberi perhatian yang cukup serta pengarahan yang cukup pula, anak yang tergolong memiliki kepribadian buruk akan senantiasa tidak mendengarkan perkataan orangtuanya. Hal tersebut akan meninggalkan penyesalan pada akhir perbuatan remaja.

### 3. Minimnya kesadaran dan produk tepat guna

Fasilitas yang lengkap akan mempermudah seseorang untuk dapat melakukan seks bebas. Tetapi tergantung pada diri masing-masing, jika mampu menggunakan fasilitas yang diberikan orangtua dengan baik, maka hal tersebut tidak akan terjadi. Jika seorang remaja atau mahasiswa memiliki fasilitas yang mendukung untuk mereka melakukan seks bebas seperti rumah yang nyaman dari perhatian warga, maka perlakuan seks bebas akan mudah sekali terjadi. Contohnya seperti kontrakan-kontrakan bebas yang bisa digunakan oleh para remaja dan mahasiswa untuk melakukan seks bebas. Keadaan rumah yang selalu kosong juga dapat menjadi tempat seorang remaja atau mahasiswa melakukan seks bebas, oleh karena itu, jangan biarkan si anak berdua di rumah dengan lawan jenis.

### 4. Tekanan dari seorang pacar

Karena kebutuhan seorang untuk mencintai dan dicintai, seseorang harus rela melakukan apa saja terhadap pasangannya, tanpa memikirkan resiko yang akan dihadapinya. Dalam hal ini, yang berperan bukan saja nafsu seksual, melainkan juga sikap memberontak terhadap orangtuanya. Remaja lebih membutuhkan suatu hubungan, penerimaan, rasa aman, dan harga diri selayaknya orang dewasa, dan pemikiran seperti itu sangat banyak dijumpai.

### 5. Pelampiasan diri.

Faktor ini tidak hanya datang dari diri sendiri, misalnya karena terlanjur berbuat, seorang remaja perempuan biasanya berpendapat sudah tidak ada lagi yang dapat dibanggakan dalam dirinya, maka dalam pikirannya tersebut ia akan merasa putus asa dan mencari pelampiasan yang akan menjerumuskannya dalam pergaulan bebas seperti seks bebas.

#### 6. Kurangnya pengetahuan tentang seks bebas.

Karena menganggap bahwa hubungan seks bebas adalah bentuk penyaluran kasih sayang dalam sebuah hubungan berpacaran. Kebanyakan dari mereka merasa tanpa seks kegiatan pacaran mereka tidak efektif, padahal pemikiran seperti itu adalah bentuk bujuk rayu setan. Tidak sedikit para remaja juga para mahasiswa berfikir seperti itu.

#### 7. Rasa ingin tahu tentang sesuatu yang berbau seksual.

Pada usia remaja keingintahuannya begitu besar terhadap seks, apalagi jika teman-temannya mengatakan bahwa terasa nikmat, ditambah lagi adanya informasi yang tidak terbatas masuknya, maka rasa penasaran tersebut semakin mendorong mereka untuk lebih jauh lagi melakukan berbagai macam percobaan yang tanpa mereka sadari bahwa percobaan tersebut berbahaya.

#### 8. Tontonan yang tidak mendidik.

Pengaruh mengonsumsi berbagai tontonan bagi remaja sangat besar. Apa yang mereka tonton, berkorelasi secara positif dan signifikan dalam membentuk perilaku mereka, terutama tayangan film dan sinetron, baik film yang ditonton di layar kaca maupun film yang ditonton di layar lebar. Acara televisi begitu berhibur dengan tayangan yang bikin 'gerah', video klip lagu dangdut saja, saat ini makin berani pamer aurat dan adegan-adegan yang bisa meningkatkan gairah para lelaki. Belum lagi tayangan film yang bikin otak remaja teracuni dengan pesan sesatnya.

Ditambah lagi, maraknya tabloid dan majalah yang memajang gambar sekitar wilayah dada, dan buka paha tinggi-tinggi, serta gambar yang tidak layak dilihat lainnya. Konyolnya, pendidikan agama di sekolah-sekolah ternyata tidak menggugah kesadaran remaja untuk kritis dan inovatif. Oleh sebab itu, sebaiknya tontonan yang mendidiklah yang harus diberikan pada seorang anak sejak dini sehingga kelak saat remaja menjadi remaja yang baik.

#### 9. Pergaulan bebas.

Pergaulan bebas yang melewati batas seperti dugem, minum-minuman keras dan sebagainya akan berujung pada seks bebas. Karena pergaulan bebas dapat menyebabkan seseorang lupa diri, merasa tidak modern jika tidak mengikuti

tren yang akan berujung pada seks bebas. Yang pada dasarnya pemikiran seperti itu sangat salah.

#### 10. Salah bergaul

Teman merupakan orang yang sangat berpengaruh bagi para remaja dan mahasiswa. Apabila seorang remaja atau mahasiswa salah dalam memilih teman maka akibatnya akan fatal. Memilih teman berarti memilih masa depan, maka siapapun yang ingin masa depannya cerah ditengah dekapan arus globalisasi, serta luas ilmu dan wawasannya, maka ia harus pandai dalam memilih teman. Seseorang akan dipastikan rusak masa depannya jika bergaul dengan orang-orang yang membenarkan kemaksiatan.

#### **Akibat yang di Timbulkan dari Pergaulan Bebas**

Akibat dari pergaulan bebas berorientasi negatif yang dia lakukan akan berdampak bagi dirinya sendiri dan sangat merugikan baik fisik dan mental. Walaupun perbuatan itu dapat memberikan suatu kenikmatan akan tetapi itu semua hanya kenikmatan sesaat saja. Selain memiliki hukum haram, seks bebas memiliki akibat atau dampak yang sangat negatif bagi si pelaku. Seks bebas juga dapat menghilangkan rasa malu, padahal dalam agama malu merupakan suatu hal yang amat ditekankan dan dianggap perhiasan yang sangat indah khususnya bagi wanita. Selain itu seks bebas juga dapat berakibat:<sup>9</sup>

##### 1. Hilangnya kehormatan.

Hilangnya kehormatan, jatuh martabatnya baik di hadapan Tuhan maupun sesama manusia serta merusak masa depannya, dan meninggalkan aib yang berkepanjangan bukan saja kepada pelakunya bahkan kepada seluruh keluarganya. Kehormatan sangat penting bagi setiap manusia, terutama pada wanita. Jika kehormatan tersebut sudah hilang maka akan jelas terlihat perbedaannya dengan wanita yang masih menjaga kehormatannya.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup>. Ibid.

<sup>10</sup> Ibid.

a. Prestasi cenderung menurun.

Apabila seorang remaja atau mahasiswa sudah melakukan seks bebas, maka pikirannya akan selalu tertuju pada hal negatif tersebut. Rasa ingin mengulanginya selalu ada, sehingga tingkat kefokusannya dalam mengikuti proses belajar di sekolah ataupun di perkuliahan akan menurun. Malas belajar, malas mengerjakan tugas dan lain sebagainya dapat menurunkan prestasi seorang remaja ataupun mahasiswa.

b. Hamil diluar nikah.

Hamil diluar nikah akan sangat menimbulkan masalah bagi si pelaku. Terutama bagi remaja yang masih sekolah, pihak sekolah akan mengeluarkan si pelaku jika ketahuan peserta didiknya ada yang hamil. Sedangkan bagi pelaku yang kuliah, hamil di luar nikah akan menimbulkan rasa malu yang luar biasa terutama orang tua.

c. Aborsi dan bunuh diri.

Terjadinya hamil diluar nikah akibat seks bebas akan menutup jalan pikiran si pelaku, guna menutupi aib ataupun mencari jalan keluar agar tidak merusak nama baik dirinya dan keluarganya hal tersebut dapat berujung pada pembunuhan janin melalui aborsi bahkan bunuh diri.

d. Tercorengnya nama baik keluarga.

Semua orang tua akan merasa sakit hatinya jika anak yang dibanggakan juga di idam-idamkan hamil di luar nikah. Nama baik keluarga akan tercoreng karena hal tersebut, dan hal itu akan meninggalkan luka yang mendalam dihati keluarga.

e. Terjangkit penyakit.

Mudah terjangkit penyakit HIV/AIDS serta penyakit-penyakit kelamin yang mematikan, seperti penyakit herpes dan kanker mulut rahim. Jika hubungan seks tersebut dilakukan sebelum usia 17 tahun, risiko terkena penyakit tersebut bisa mencapai empat hingga lima kali lipat.

f. Ketagihan.

Seks bebas dapat menyebabkan seseorang ketagihan untuk melakukan hal kotor tersebut. Hal tersebut sangat berbahaya karena keinginan yang tidak terkontrol.

g. Gangguan kejiwaan.

Akibat seks bebas seseorang dapat mengalami gangguan kejiwaan atau stres, disebabkan karena ketidakmampuan menerima kehidupan, kurangnya persiapan mental untuk hamil serta takut terhadap hukuman Tuhan.

### **Prognosis**

1. Solusi dan pencegah dari pergaulan bebas

Seks bebas yang terjadi pada remaja dan mahasiswa dapat dicegah dengan beberapa upaya. Upaya-upaya tersebut antara lain:<sup>11</sup>

a. Mempertebal keimanan dan ketaatan kepada Tuhan .

Mendekatkan diri kepada tuhan akan menjauhkan kita dari perbuatan mungkar.

b. Menanamkan nilai-nilai agama, moral dan etika.

Antara lain pendidikan agama, moral dan etika dalam keluarga, kerja sama guru, orangtua dan tokoh masyarakat.

c. Menanamkan nilai keislaman.

Kalangan remaja dan mahasiswa kita kebanyakan sudah tak mengindahkan lagi akan pentingnya nilai-nilai keislaman. Tentu saja nilai keislaman ini selalu berkaitan dengan nilai-nilai baik yang juga membentuk akar budaya ketimuran. Nilai yang bersumber pada ajaran spiritualitas agama ini perlu dipegang. Termasuk meningkatkan derajat keimanan dan moralitas pemeluknya. Dengan dipegangnya nilai-nilai ini, harapannya mereka khususnya kalangan muda akan berpikir seribu kali untuk terjun ke seks bebas.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup>. Gunarsosinggih D, *Psikologi perkembangan*, (Jakarta:PT Gramedia, 1988), h.15.

<sup>12</sup> *Ibid*, h. 16.

d. Menghindari perilaku yang akan merangsang seksual.

Melalui pakaian, perilaku akan tercerminkan. Perilaku yang dapat merangsang seksual seperti bergaul sangat dekat dengan orang yang berlainan jenis.

e. Pendidikan

Pendidikan yang diberikan hendaknya tidak hanya kemampuan intelektual, tetapi juga mengembangkan kemauan emosional agar dapat mengembangkan rasa percaya diri, mengembangkan keterampilan mengambil keputusan yang baik dan tepat, mengembangkan rasa harga diri, mengembangkan keterampilan berkomunikasi, yang mampu mengatakan “tidak” tanpa beban dan tanpa mengikuti orang lain.

f. Pendidikan sex (*sex education*)

Hal ini dapat diartikan sebagai penerangan tentang anatomi, fisiologi seks manusia, bahaya penyakit kelamin. Pendidikan seks adalah membimbing serta mengasuh seseorang agar mengerti tentang arti, fungsi dan tujuan seks, sehingga ia dapat menyalurkan secara baik, benar dan legal.

g. Pendidikan kesehatan reproduksi

Di kalangan remaja bukan hanya memberikan pengetahuan tentang organ reproduksi, tetapi bahaya akibat pergaulan bebas, dengan demikian, anak-anak remaja ini bisa terhindar dari percobaan melakukan seks bebas. Dalam keterpurukan dunia remaja saat ini, anehnya banyak orang tua yang cuek saja terhadap perkembangan anak-anaknya.

h. Penyuluhan tentang seks bebas.

Dalam penyuluhan tersebut dapat dijelaskan kepada kaula muda khususnya remaja dan mahasiswa tentang sebab-akibat dari pergaulan bebas. Sehingga mereka dapat menghindarkan diri dari hal-hal yang akan membawa mereka pada seks bebas.

i. Menegakkan aturan hukum.

Sudah sepatutnya para penegak hukum menjaga tempat-tempat yang sering digunakan oleh para kaula muda untuk berpacaran.

j. Jujur pada diri sendiri.

Yaitu menyadari pada dasarnya tiap-tiap individu ingin yang terbaik untuk diri masing-masing. Sehingga seks bebas tersebut dapat dihindari. Jadi, dengan ini remaja tidak mengikuti hawa nafsu mereka. Pada dasarnya mereka yang melakukan seks bebas menyadari bahwa hal yang mereka lakukan adalah salah.

k. Memperbaiki cara berkomunikasi.

Memperbaiki cara berkomunikasi dengan orang lain sehingga terbina hubungan baik dengan masyarakat, untuk memberikan batas diri terhadap kegiatan yang berdampak negatif dapat kita mulai dengan komunikasi yang baik dengan orang-orang di sekeliling kita. Karena pada umumnya, terjadi seks bebas dikarenakan tidak adanya kepedulian antar tetangga

1. Pacaran sehat.

Berpacaran sangat lekat hubungannya dengan seks, karena tidak sedikit mereka yang melakukan seks bebas bersama kekasihnya. Disitulah kita tanamkan budaya pacaran sehat tanpa seks. Berpacaran sehat itu seperti tidak berhubungan seks, pacar sebagai pemberi motivasi.

2. Menjauhkan diri dari berduan di tempat sepi.

Seks bebas bisa terjadi dengan didukung keadaan, jadi apabila seorang remaja atau mahasiswa yang masih polos akan mudah dirayu yang berujung pada seks bebas. Apabila sepasang remaja atau mahasiswa berdua di tempat yang sepi maka ada orang ketiga yaitu setan yang dapat menjerumuskan terjadinya seks bebas.<sup>13</sup>

### **Treatment Rasional Emotive Behavior Therapy ( REBT )**

Sebuah Tehnik yang membahas tentang realitas yang bisa ditandai sebagai terapi yang aktif secara verbal. Prosedur-prosedurnya difokuskan pada kekuatan-kekuatan dan potensi-potensi klien yang dihubungkan dengan tingkah lakunya yang sekarang dan usahanya untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. Dalam membantu klien untuk menciptakan identitas keberhasilan, terapis bisa menggunakan beberapa teknik sebagai berikut:

---

<sup>13</sup> Ibid.

- 1) Harus terlibat dalam permainan yang sudah di rancang dengan klien.
- 2) Menggunakan humor yang bisa membuat klien lebih baik dari sebelumnya
- 3) Mengarahkan klien untuk menolak dalih apapun yang bisa membuat membuat klien tidak berkembang.
- 4) Membantu klien dalam merumuskan rencana-rencana yang spesifik bagi tindakan.
- 5) Bertindak sebagai model dan guru.
- 6) Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi.
- 7) Menggunakan “terapi kejutan verbal” atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan klien dengan tingkah lakunya yang tidak realistis.
- 8) Melibatkan diri dengan klien dalam upayanya mencari kehidupan yang lebih efektif.
- 9) Pengondisian opera

Dalam terapi realitas tidak memasukkan sejumlah teknik yang secara umum diterima oleh pendekatan-pendekatan terapi lain. Para psikiater yang mempraktekkan terapi realitas tidak menggunakan obat-obatan dan medikasi-medikasi konservatif, sebab medikasi cenderung menyingkirkan tanggung jawab pribadi. Selain itu, para pempraktek terapi realitas tidak menghabiskan waktunya untuk bertindak sebagai “detektif” mencari alasan- alasan, terapi berusaha membangun kerja sama dengan para klien untuk membantu mereka dalam mencapai tujuan-tujuannya. Teknik-teknik diagnostik tidak menjadi bagian dari terapi realitas, sebab diagnosis dianggap membuang waktu dan lebih buruk lagi, merusak klien dengan menyematkan label (skizopernik) pada klien yang cenderung mengekalkan tingkah laku yang tidak bertanggung jawab dan gagal. Teknik-teknik lain yang tidak digunakan adalah penafsiran, pemahaman, wawancara-wawancara nondirekif, sikap diam yang berkepanjangan, asosiasi bebas, analisis transferensi dan resistensi, dan analisis mimpi.

## **Kesimpulan**

Pergaulan/Seks bebas sudah menjadi hal yang tidak tabu lagi bagi kalangan remaja di Indonesia. Kegiatan seks bukan hanya dilakukan oleh pasangan yang sah menurut agama dan hukum yang berlaku akan tetapi juga dilakukan oleh para pelajar dan mahasiswa. Pelajar dan mahasiswa sekarang ini cenderung lebih mengutamakan pacaran dan kebutuhannya yang lain daripada menuntut ilmu. Mereka tidak lagi tenggelam dalam pelajaran akan tetapi sudah tenggelam dalam lautan asmara yang mereka namakan cinta.

Terjadinya seks bebas di kalangan remaja dikarenakan banyak faktor, yang paling utama adalah pesatnya perkembangan jaman. Hal tersebut membuat pergaulan menjadi bebas, sehingga banyak remaja dan mahasiswa yang bergaul tanpa batasan dan etika. Salah satu contohnya dalam berpacaran. Para remaja dan berpacaran tidak mempunyai batasan serta etika sehingga dalam berpacaran lebih banyak dampak negatif dibandingkan dampak positif seperti halnya seks bebas. Persepsi yang salah tentang seks bebas menyebabkan mereka berfikir bahwa melalui seks bebaslah tersalurkan cinta dan kasih sayang.

Pergaulan remaja yang bebas sebenarnya dikarenakan oleh segala macam perkembangan yang disalah artikan oleh remaja itu sendiri maupun lingkungannya. Seks bebas menyebabkan para remaja kehilangan bangku sekolahnya, sama halnya juga para mahasiswa yang terpaksa berhenti kuliah karena hamil diluar nikah. Selain itu, hamil diluar nikah dapat berujung pada pengguguran janin, baik melalui aborsi ataupun bunuh diri karena tidak siapnya menerima kenyataan (hamil diluar nikah) tersebut. Yang terpenting sebenarnya adalah bagaimana remaja dapat menempatkan dirinya sebagai remaja yang baik dan benar sesuai dengan tuntutan agama dan norma yang berlaku di dalam masyarakat serta dituntut peran serta orangtua dalam memperhatikan tingkah laku dalam kehidupan sehari-hari anaknya, memberikan pendidikan agama, pendidikan seks yang benar. Oleh sebab itu permasalahan ini merupakan tugas seluruh elemen bangsa tanpa terkecuali. Usaha untuk pencegahan sudah semestinya terus dilakukan untuk menyelamatkan generasi muda kita, agar lebih bermoral, lebih bisa diandalkan untuk kebaikan bangsa.

## Daftar Pustaka

- D, Gunarsosinggih. 1988. *Psikologi perkembangan*, Jakarta: PT Gramedia.
- Farida. 2009. *Pergaulan Bebas dan Hamil Pranika*, Jurnal Analisa Vol. XVI, No. 01, Januari – Juni.
- Mentiri, Vivi Vike. 2014. Perilaku Menyimpang di Kalangan Remaja di Kelurahan Pondang, Kecamatan Amurung Timur Kabupaten Minahasa Selatan, Journal, Vol.III, No.I.
- Sahri Ramadan, "Masalah-Pergaulan-Bebas di Kalangan Remaja" , diakses melalui: [Http://edwincool07.blogspot.com/2012/02/pergaulan-bebas.html](http://edwincool07.blogspot.com/2012/02/pergaulan-bebas.html).
- Yuniati, Ani. 2017. Perilaku Menyimpang dan Tindak Kekerasan Siswa SMP di Kota Pekalongan, Journal of Educational Social Studies, Vol. 6, No.1.