

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Masa remaja dipandang sebagai masa yang berpotensi untuk meraih kegemilangan karena seluruh aspek perkembangan berkembang secara pesat (Santrock, 2007, hlm. 19). Pada kenyataannya dalam proses perkembangan dan pertumbuhan remaja ditemui kendala / permasalahan. Remaja cenderung menunjukkan perilaku-perilaku yang mengarah pada tindakan destruktif bagi diri dan lingkungan sekitar. Tindakan destruktif yang dapat dijumpai ketika remaja mengalami kesulitan adalah merokok, penyalahgunaan narkoba, pergaulan bebas (seks bebas), pornografi, *bullying*, tawuran, dan bunuh diri (Santrock, 2007). Dalam penelitian ini difokuskan kepada perilaku pergaulan bebas atau dengan istilah perilaku seksual tidak sehat menurut BKKBN (2012).

Salah satu isu utama berkaitan dengan tindakan destruktif remaja adalah perilaku seks bebas atau perilaku seks di luar nikah (Santrock, 1996). Pada masa remaja, keingintahuan terhadap seks menjadi tinggi dan memiliki keinginan untuk memikat lawan jenis. Meningkatnya perkembangan perilaku seks pada remaja merupakan akibat dari matangnya kelenjar-kelenjar seks gonads (Susanto, 2013). Perilaku yang menandakan mulai matangnya kelenjar gonads sering menimbulkan konflik dalam diri remaja sendiri. Dalam kondisi tertentu, remaja cenderung memiliki dorongan seks yang kuat namun sering kali salah arah menyalurkan dorongan seks.

Hubungan khusus antara remaja dengan lawan jenis ini secara umum disebut pacaran. Berpacaran merupakan hubungan yang diharapkan karena tidak asing dikalangan remaja. Cara berpacaran remaja pada masa kini tidak cukup hanya bergandengan tangan, tetapi sudah jauh dari itu, berpelukan, berciuman bahkan sampai berhubungan seksual (Putu, 2016, hlm. 2).

Data yang dipaparkan *Youth Risk Behaviour Surveillance System* menyebutkan, remaja Amerika kelas 9 sampai kelas 12 yang terlibat perilaku seks bebas mencapai 40%-72% pada tahun 1990 (Annie E. Casey Foundation, 1998). Bahkan diperkirakan satu diantara lima remaja di Amerika sudah melakukan hubungan seks pada umur 15 tahun (NCTPTP, 2003). Di Indonesia seperti yang

dirilis Kebijakan Kesehatan Indonesia pada 17 Maret 2015 menunjukkan remaja Indonesia yang terlibat seks bebas mencapai 35,9% (Penelitian Menkes, 2009). Berdasarkan data yang dihimpun BKKBN, 51 dari 100 remaja sudah tidak lagi perawan (BKKBN, 2012). Sebanyak 60% dari 120 kasus kehamilan diluar pernikahan yang ditangani oleh Yayasan Rumah Tumbuh Harapan adalah wanita dibawah 21 tahun dan yang termuda adalah umur 11 tahun (Yayasan RUTH, 2014).

Perilaku seksual tidak sehat yang banyak dilakukan remaja memiliki dampak negatif yaitu: (1) penularan penyakit seksual; (2) kehamilan yang tidak diinginkan; (3) kematian ibu (Sudibyo, 2012); dan (4) perilaku aborsi. Perilaku seksual tidak sehat yang dirilis Kompasiana pada 13 Oktober 2013 (BKKBN, 2012) telah mencapai 2,4 juta pertahun dan diperkirakan 800 ribu dilakukan oleh remaja, tren peningkatan tiap tahun rata-rata mencapai 15%. Indonesia melarang praktek aborsi kecuali karena alasan medis, yang dikukuhkan oleh para ahli, dan wanita yang hamil karena korban perkosaan (PP No 61 Tahun 2014).

Salah satu faktor yang menjadi pemicu remaja melakukan perilaku seks di luar nikah adalah faktor keluarga (Setiawan & Nurhidayah, 2008). Faktor keluarga ditampilkan dalam bentuk adanya sifat tabu yang dirasakan dari keluarga (orang tua) yang tidak mau terbuka mengenai pendidikan seks, meningkatnya informasi seks di media massa, pergaulan yang semakin bebas pada kalangan remaja, kurangnya pengawasan orang tua, serta adanya dorongan dari teman sebaya untuk melakukan perilaku seksual.

Hasil survei yang dilakukan oleh Yayasan RUTH pada tahun 2014 menemukan perihal materi tentang seks adalah topik pembicaraan yang banyak dihindari orang tua dengan berbagai alasan seperti merasa tabu maupun tidak tahu kapan waktu yang baik untuk dibicarakan. Orang tua yang menganggap remaja sudah cukup dewasa memfasilitasi remaja dengan peralatan elektronik yang canggih tanpa mempertimbangkan sejauh mana remaja sanggup bertanggung jawab. Kepemilikan alat elektronik memberi kesempatan pada remaja untuk mengakses konten pornografi yang dapat memicu keinginan remaja berperilaku seksual tidak sehat. Menurut Santrock (1996) seks bebas dikalangan remaja telah

menunjukkan pergeseran nilai moral yang dibentuk sejak dalam lingkungan sosial keluarga.

Data Yayasan Rumah Tumbuh Harapan mengungkapkan 95% remaja yang menjadi klien karena mengalami kehamilan yang tidak diinginkan, memiliki keluarga yang tidak harmonis, figur ayah yang tidak berfungsi, minim pengetahuan tentang penularan HIV dan bahaya seks pranikah (Yayasan RUTH, 2012). Dampak kondisi keluarga mendorong remaja mencari penghargaan dari orang lain terutama lawan jenis sebagai akibat rusaknya gambar diri. Komunikasi yang efektif dalam keluarga tentang seksualitas dapat menolong remaja bersikap menghadapi perilaku seksual pranikah dan membangun gambar diri yang lebih utuh (Prihartini, 2002). Hasil survei yang dilakukan oleh Yayasan Ruth pada tahun 2014 yang menemukan faktor keluarga memegang peranan yang penting untuk mencegah perilaku seks di luar nikah di kalangan remaja seringkali orang tua tidak melakukan komunikasi tentang seksualitas dengan berbagai alasan.

Dampak dari perilaku seks di luar nikah yang dilakukan remaja terutama pada remaja putri dapat berakibat negatif pada individu yang bersangkutan, seperti rendahnya harga diri, merasa kotor, merasa hina, rasa bersalah, merasa takut karena telah melanggar norma agama, tertular penyakit, hingga terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan (Sari, 2008). Resiko lainnya adalah kesehatan terganggu, resiko kelainan janin dan tingkat kematian bayi yang tinggi. Tingkat putus sekolah remaja hamil juga sangat tinggi, karena rasa malu dan penolakan sekolah terhadap murid yang hamil diluar nikah sehingga menyebabkan rendahnya harga diri. Perasaan rendahnya harga diri muncul sebagai dampak dari peran sosial yang tiba-tiba berubah, tekanan masyarakat yang mencela dan menolak keadaan, serta masalah ekonomi turut membuat permasalahan menjadi semakin rumit dan kompleks.

Remaja putri yang telah melakukan seks pranikah cenderung akan merasa tidak berharga dalam suatu lingkungan apabila lingkungan mengetahui perilaku yang tidak sehat. Keputusan melakukan hubungan seks di luar nikah bagi remaja putri bukanlah sebuah konsekuensi yang kecil (Conger, 1991). Perasaan-perasaan negatif seperti hilang keperawanan, rasa malu, rasa bersalah, rasa berdosa, kotor, takut, khawatir akan timbul setelah melakukan hubungan seks pranikah.

Mayoritas remaja terutama putri akan menyembunyikan perbuatan seks diluar pernikahan dari lingkungan agar tetap merasa dihargai. Perasaan membohongi diri sendiri yang dibiasakan akan menimbulkan perasaan dosa karena ada tekanan kesadaran terhadap standar atau etika yang ada dalam lingkungan. Berawal dari perasaan tidak mampu dan tidak berharga, remaja mengkompensasikan dengan tindakan yang seolah-olah membuat remaja lebih berharga, yaitu dengan mencari pengakuan dan perhatian dari teman-teman.

Fakta kurangnya *self esteem* remaja semakin dikuatkan dengan hasil studi pendahuluan di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan yang dilakukan pada bulan April 2017. Remaja yang hamil di luar nikah menunjukkan permasalahan rendahnya harga diri (*self-esteem*) yang ditunjukkan dalam bentuk perilaku tidak percaya diri, sering menerima perlakuan yang dilecehkan, dihina dan direndahkan, merasa kesulitan melihat peluang dan masa depan yang lebih baik, mendapat stigma-stigma negatif, merasa tidak sanggup meneruskan sekolah, takut bergaul dengan lawan jenis, trauma terhadap berbagai hubungan sosial, merasa tidak dapat menghadapi masalah, tidak berpikir panjang untuk menyelesaikan masalah, merasa tidak bahagia dengan kehidupan sekarang, dan merasa kesepian ditengah keramaian.

Lebih mengejutkan lagi, dari hasil studi pendahuluan diperoleh informasi beberapa remaja yang menjadi klien telah melakukan hubungan seksual di luar nikah lebih dari satu orang pria, bahkan ada yang berhubungan dengan sebelas pria, karena klien merasa tidak berharga. Perasaan tidak berharga yang dirasakan remaja membentuk pola pikir sebagai akibat dari keperawanan para remaja yang sudah rusak, sehingga tidak ada bedanya jika melakukan hubungan seksual dengan pria yang berbeda. Para remaja lebih memilih menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan, merendahkan bakat sendiri, merasa tak ada yang menghargai, menyalahkan orang lain atas kelemahan sendiri, mudah dipengaruhi orang lain, bersikap defensif, mudah frustrasi, merasa tidak berdaya, menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit. *Self esteem* rendah membuat remaja lebih peduli perkataan orang lain daripada kondisi dirinya sendiri.

Self-esteem adalah penilaian pribadi mengenai keberhargaan diri, yang diekspresikan dalam *attitude* individu terhadap diri. Pengalaman subyektif

individu yang disampaikan kepada orang lain melalui ungkapan verbal maupun tingkah laku yang tampak. *Self Esteem* menjadi “semen” yang merekat kepribadian individu menjadi satu struktur yang positif, utuh dan efektif. Pada tiap tahapan kehidupan individu, *self-esteem* yang menentukan tingkat kemampuan mengolah sumber daya atau potensi yang dibawa sejak lahir (Clemen & Bean, 1978). *Self-esteem* mengandung arti hasil penilaian individu terhadap diri yang diungkapkan dalam sikap yang dapat bersifat positif atau negatif (Tambunan, 2001). Selain itu, *Self-esteem* merupakan konstruk yang penting dalam kehidupan sehari-hari juga berperan serta dalam menentukan tingkah laku individu (Steinberg, 1999). Hubungan seks pranikah akan menimbulkan perilaku yang berdampak pada *Self-esteem* remaja putri. Dampak hubungan seks pranikah yang berkaitan dengan *self esteem* adalah perasaan ragu terhadap diri, tidak percaya diri, merasa bersalah, kotor, rasa takut tidak diterima serta penghinaan dari masyarakat (Brock, 1990).

Remaja yang memiliki nilai dan keyakinan yang realistis, akan merasa nyaman dengan diri sendiri, individu lebih terbuka dalam memandang kehidupan dan merespon tantangan dan peluang dengan tepat. Remaja yang memiliki harga diri (*self-esteem*) yang tinggi akan mampu membedakan lebih jauh keadaan diri berkenaan dengan kelebihan maupun kelemahannya. Sehingga ketika remaja mengetahui dan menyadari potensi dirinya, maka remaja dapat mengetahui perihal apa yang dapat dilakukan dan tidak dapat dilakukan olehnya. Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi akan mampu mengenal diri sendiri dengan baik sehingga dapat bertindak secara tepat sesuai kemampuannya. Begitupun sebaliknya, jika remaja memiliki harga diri (*self-esteem*) yang rendah, maka ia tidak akan dapat memaksimalkan potensi yang dimilikinya, sehingga mengakibatkan sikap mudah putus asa, tidak dapat membuat perencanaan masa depan, kurang mampu menghargai diri sendiri dan orang lain, kurang percaya diri, dan sebagainya.

Apabila permasalahan rendahnya *self-esteem* pada remaja dibiarkan begitu saja tanpa adanya solusi yang berkesinambungan, dikhawatirkan remaja menampilkan berbagai macam perilaku destruktif yang seolah-olah membuat dia lebih berharga, dengan mencari pengakuan dan perhatian dari teman-teman

(Rahardjo, dkk., 2015). Kemudian muncul penyalahgunaan obat-obatan, berkelahi, tawuran, yang dilakukan demi mendapatkan pengakuan dari lingkungan termasuk pacaran yang berujung kepada pergaulan bebas, pemikiran ingin bunuh diri, dan sebagainya.

Perlu adanya upaya kuratif dalam meningkatkan *self esteem* remaja khususnya yang telah melakukan perilaku seks di luar nikah. Upaya kuratif diharapkan memberikan dampak positif yang membuat remaja memiliki pola pikir dan perilaku yang lebih sehat dan mampu mengatasi berbagai tantangan dalam kesehariannya. Salah satu upaya untuk meningkatkan *self esteem* pada remaja adalah melalui pendekatan konseling naratif (Monk, 1997; Semmler & Williams, 2000). Salah satu alasan konseling naratif tepat digunakan sebagai pendekatan dalam upaya meningkatkan *self esteem* remaja karena dalam prosesnya membahas kondisi sosial dan membangun kondisi sosial remaja (Monk, 1997). Konseling naratif merupakan pendekatan multikultural yang sensitif dan berakar pada konstruksionisme sosial, sebuah filosofi cara pandang yang melihat setiap masalah sebagai sebuah bangunan yang terbangun dari cara setiap manusia membahasakan keadaan sosial, budaya, dan pengaruh politik.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Isu utama yang menjadi fokus permasalahan pada fase perkembangan remaja adalah munculnya berbagai tindakan destruktif dikarenakan remaja belum memiliki kematangan dalam berpikir dan mengambil keputusan seperti orang dewasa (Agbaria, Ronen, & Hamama, 2012; Khairat, M., dkk, 2015, hlm. 181). Salah satu bentuk tindakan destruktif pada remaja adalah munculnya perilaku seks di luar nikah. Banyaknya remaja yang telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah menjadi pemikiran serius bagi orang tua, masyarakat, pendidik, agamawan bahkan remaja itu sendiri (Mayasari, F., dkk, 2000, hlm. 120).

Aktivitas seksual seolah-olah sudah menjadi hal yang lazim dilakukan oleh remaja yang oleh Hurlock (1973) disebut sebagai salah satu bentuk ekspresi atau tingkah laku berpacaran dan rasa cinta. Ironisnya, perilaku seksual di luar nikah remaja didorong oleh rasa ingin tahu, keagamaan atau tingkat keimanan remaja

yang kurang kuat, terinspirasi dari film atau media massa dan adanya bujukan atau permintaan dari teman dekat (pacar) (Kosmopolitan, 1999).

Sarwono (2013) mengungkapkan antara remaja putri dan remaja putra, remaja putra memiliki sifat yang lebih permisif terhadap perilaku seksual di luar nikah. Remaja putri dituntut untuk dapat menjaga keperawanan hingga menikah. Sehingga remaja putri yang melakukan perilaku seks di luar nikah menjadi merasa bersalah karena sudah melanggar norma yang berlaku. Sedangkan pada remaja putra, tidak ada nilai khusus yang harus dijaga seperti remaja putri.

Penelitian ini difokuskan pada remaja putri karena norma-norma atau kepercayaan yang berlaku di Indonesia cenderung membuat perempuan menerima dampak yang lebih besar apabila melakukan hubungan seks diluar pernikahan. Sehingga remaja putri yang melakukan perilaku seks di luar nikah memiliki perasaan bersalah, menghindari situasi yang dapat menimbulkan kecemasan, merendahkan bakat sendiri, merasa tak berharga, menyalahkan orang lain atas kelemahan sendiri, mudah dipengaruhi orang lain, bersikap defensif dan mudah frustrasi, merasa tidak berdaya, dan menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit (Donnelly, dkk, 1999; Vickerman, 2004; Gullette, D., dkk, 2006; Ojedokun, A., 2017).

Perilaku-perilaku yang muncul merupakan ciri dari rendahnya *self esteem* pada remaja. Sugiyarlin (2008, hlm. 3) menyatakan harga diri (*self-esteem*) yang tinggi merupakan kunci keberhasilan karena membawa dampak pada kehidupan remaja yang optimis, mendorong remaja bersikap gigih, ulet, dan merasa berdaya dalam menghadapi tantangan kehidupan. Sedangkan harga diri yang rendah merupakan kunci kegagalan karena membawa dampak pada kehidupan yang pesimis, segala sesuatu ditanggapi dengan penuh kekhawatiran dan penolakan sehingga menghambat keberhasilan dalam mengatasi tantangan kehidupan.

Bimbingan dan konseling sebagai profesi yang menyediakan layanan *helping profession* menjadi salah satu ujung tombak dalam upaya membantu remaja memfasilitasi berbagai peristiwa penting dalam perjalanan hidupnya. Khususnya, membantu remaja dalam membentuk sikap dan pandangan yang baik terhadap dirinya sendiri (*self-esteem*) sehingga mampu mengembangkan potensi

secara optimal. Salah satu upaya meningkatkan *self-esteem* remaja dapat dilakukan melalui pendekatan dan teknik konseling.

Salah satu upaya untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja dapat dilakukan dengan pendekatan konseling naratif (Monk, 1997; Semmler & Williams, 2000). Penggunaan konseling naratif dapat membentuk ulang struktur sosial konseli. Sifat konseling naratif yang multikultural diharapkan dapat digunakan pada konseli dalam berbagai suku dan kondisi. Selain itu, konseling naratif mendorong konseli lebih mudah mengungkap identitas diri dalam bentuk cerita baik tertulis maupun lisan. Konseling naratif yaitu pendekatan yang mengajak konseli bicara tatap muka secara langsung untuk mengungkap latar belakang permasalahan, menentukan nilai-nilai yang salah dan kemungkinan faktor penyebab perilaku seksual tidak sehat.

Pendekatan konseling naratif menyorot salah satu faktor yang berperan penting dalam membentuk *self-esteem* yaitu pikiran individu itu sendiri (Mc Kay & Fanning, 2000). Pemikiran-pemikiran yang distortif pada konseli mengakibatkan bias dalam proses pembentukan persepsi dan penilaian atau evaluasi dirinya (Shirk, Burwell, & Harter dalam Ramadan, 2006). Pendekatan perlu yang berfokus mengubah pikiran negatif menjadi pikiran yang lebih positif dan rasional. Taylor dan Montmogery (Guindon, 2010) menerapkan pendekatan ini kepada remaja berusia 13-18 tahun, hasilnya menunjukkan konseling naratif efektif dalam meningkatkan *self-esteem* secara global dan akademis. Konseling naratif dipandang tepat diberikan pada remaja dalam penelitian ini karena dianggap mampu mengembangkan kemampuan remaja dalam merefleksikan pemikiran dan perasaannya, serta motivasi internal untuk mengubah sikap negatif terhadap diri sendiri.

Masalah utama penelitian ini adalah konseling naratif seperti apa yang dapat meningkatkan *self-esteem* remaja yang berperilaku seksual tidak sehat. Adapun secara lebih rinci masalah utama diuraikan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana kondisi *self-esteem* remaja putri berperilaku seksual tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung?

2. Bagaimana proses konseling naratif untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja putri yang berperilaku seksual tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung?
3. Bagaimana hasil konseling naratif terhadap *self-esteem* remaja putri yang berperilaku seksual tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung?
4. Apakah konseling naratif efektif dalam meningkatkan *self-esteem* pada remaja putri yang berperilaku seksual tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan konseling naratif dalam meningkatkan *self-esteem* remaja putri yang berperilaku seksual tidak sehat.

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini yaitu memperoleh data empiris sebagai berikut.

1. Kondisi *self-esteem* remaja putri berperilaku seksual tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung.
2. Proses konseling naratif untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja putri yang berperilaku seksual tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung.
3. Hasil konseling naratif terhadap *self-esteem* remaja putri yang berperilaku tidak sehat di Yayasan Rumah Tumbuh Harapan Bandung.
4. Efektivitas konseling naratif untuk meningkatkan *self-esteem* pada remaja putri yang berperilaku seksual tidak sehat.

D. Manfaat Penelitian

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat dalam rangka perluasan khazanah tema penelitian dalam bidang bimbingan dan konseling di luar *setting* sekolah. Selain itu, penelitian ini juga memberikan pandangan baru tentang *self-esteem* remaja putri yang melakukan perilaku seks di luar nikah dan penggunaan pendekatan konseling naratif dalam meningkatkan *self-esteem* remaja.

Secara praktis, hasil penelitian dapat dimanfaatkan oleh beberapa pihak seperti program studi BK SPs UPI, praktisi/ konselor, dan Yayasan Rumah Tumbuh Harapan. Bagi program studi BK SPs UPI hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai umpan balik tentang keefektifan sebuah pendekatan konseling bagi remaja yang memiliki *self-esteem* yang rendah sebagai dampak dari perilaku seks di luar nikah. Lebih lanjut, program studi BK SPs UPI dapat mengembangkan ragam fasilitas pendekatan konseling yang lebih sesuai dengan kondisi objektif dan karakteristik kebutuhan remaja.

Bagi praktisi/ konselor, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam memahami karakteristik remaja perempuan yang telah melakukan perilaku seks di luar nikah. Penelitian dapat menjadi referensi dalam melakukan upaya bimbingan dan konseling terhadap remaja yang memiliki tingkat *self esteem* yang rendah.

Sementara, manfaat bagi Yayasan Rumah Tumbuh Harapan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai prosedur pelaksanaan konseling Naratif untuk meningkatkan *self esteem* yang dapat diterapkan dalam memberi layanan konseling pada remaja yang menjadi binaan khususnya remaja putri yang melakukan perilaku seks di luar nikah.

E. Struktur Organisasi Tesis

Bab I Pendahuluan terdiri atas Latar Belakang masalah, Identifikasi dan Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, dan Struktur Organisasi Tesis. Bab II Kajian Teori tentang *Self-Esteem* dan Konseling Naratif, menyajikan konsep teoretis yang terdiri dari konsep *self-esteem* dan konsep konseling naratif. Bab III Metode Penelitian, terdiri dari metodologi penelitian, pengembangan instrumen penelitian, analisis data dan program intervensi. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan, terdiri dari penguraian hasil penelitian dan pembahasan temuan penelitian. Bab V Penutup, terdiri dari simpulan dan rekomendasi.