

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Fase usia remaja hingga dewasa awal merupakan masa di mana manusia sedang mengalami perkembangan teramat pesat, baik fisik, psikologis, maupun sosial. Perkembangan secara fisik ditandai semakin matangnya organ-organ tubuh termasuk organ reproduksi. Sedangkan pada aspek sosial terlihat dari kian berkurangnya ketergantungan terhadap orangtua, sehingga remaja biasanya akan semakin mengenal komunitas luar melalui interaksi sosial yang dilakukan di sekolah, pergaulan dengan sebaya, ataupun masyarakat luas.

Pada masa ini pula, ketertarikan pada lawan jenis juga mulai muncul dan berkembang. Santrock (2011: 48) berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa eksplorasi dan eksperimen seksual, masa fantasi dan realitas seksual, masa mengintegrasikan seksualitas ke dalam identitas seseorang.

Rasa ketertarikan tersebut kemudian dinyatakan melalui berbagai bentuk, misalnya, berpacaran di antara mereka. Menurut Setiawan, Sanjaya dan Riyadi (2010) “pacaran merupakan masa pendekatan antarindividu dari kedua lawan jenis, yang ditandai dengan saling pengenalan pribadi baik kekurangan dan kelebihan dari masing-masing individu.” Berpacaran merupakan upaya untuk mencari seorang teman dekat dan di dalamnya terdapat hubungan mengkomunikasikan diri kepada pasangan, membangun kedekatan emosional, serta proses pendewasaan kepribadian.

Berpacaran dengan berbagai perilaku dari yang ringan seperti sentuhan, berpegangan tangan, hingga ciuman, pada dasarnya, adalah perwujudan keinginan

untuk menikmati serta memuaskan dorongan seksual (Ohee, 2018). Hubungan antara lawan jenis melalui bentuk pergaulan biasa, ialah sesuatu yang wajar dilakukan, selama tidak menjurus pada bentuk pergaulan bebas. Itulah sebabnya, dibutuhkan kedewasaan dalam berpacaran.

Berpacaran merupakan perwujudan cinta antarpribadi, yang tidak hanya dirasakan oleh satu jenis kelamin saja. Tetapi keduanya saling memiliki ketertarikan dan keterikatan (Fitriani, 2017). Ketika seseorang sedang dilanda perasaan cinta, maka segala hal diupayakan kepada orang yang dikasihinya. Waktu, materi, tenaga, bahkan hal yang paling berharga sekalipun.

Bagi wanita harta yang paling berharga adalah keperawanan (Slamet, 2016), sehingga hal tersebut layak dipertahankan dan dipersembahkan kepada orang terkasih yang telah mendapatkan restu masing-masing orangtua dan mengucapkan janji pernikahan di depan penghulu dan para saksi dalam ritus pernikahan. Tetapi banyak para wanita yang terjebak dalam bujuk dan rayuan untuk melakukan tindakan yang melanggar norma agama dan kesusilaan dengan melakukan hubungan seksual di luar pernikahan.

Alih-alih menolak, para wanita justru mengaku takut jika tidak mengikuti apa yang diinginkan pasangannya untuk melakukan seks pranikah maka hubungan mereka akan kandas, sehingga terkadang tidak kuasa bagi para perempuan untuk menolak. Salah satu fondasi perilaku seks pranikah lebih ditekankan pada perilaku atau karakteristik pelakunya, remaja yang memiliki sikap yang tidak baik memiliki resiko yang lebih tinggi untuk melakukan seks pranikah daripada remaja yang memiliki sikap baik (Umaroh, 2016).

Perilaku seks pranikah yang dilakukan berakibat buruk bagi diri remaja tersebut, mulai dari dikucilkan dari pergaulan, stres, cemas, depresi, tertular penyakit menular seksual, hamil di luar nikah dan bahkan tertular penyakit HIV/AIDS. Bagi perempuan dampaknya lebih kompleks, selain memiliki resiko tertular PMS (penyakit menular seksual), hamil di luar pernikahan, dampak psikis juga menghantui para perempuan yang telah melakukan seks pranikah. Dampaknya adalah rendahnya penerimaan diri setelah melakukan seks pranikah.

Apa yang disampaikan peneliti di atas didukung dengan jurnal yang disusun oleh Basuki (2016) yang memaparkan:

Subjek M menjelaskan pertama kali melakukan hubungan seks pranikah ketika berumur 17 tahun. Subjek merasa menyesal, merasa dirinya sudah rusak, jijik terhadap diri sendiri, merasa bersalah dengan orangtua karena subjek sudah melakukan hubungan seks pranikah. Subjek merasa takut bila suatu saat subjek akan menikah dan calon suami memperlakukan keperawanan subjek.

Di satu sisi subjek merasa marah dan menyalahkan orangtua dan Tuhan, namun disisi lain subjek sebenarnya juga merasa ada ketakutan dengan hukuman Tuhan setelah apa yang subjek lakukan.

Subjek yang kedua berinisial SL. Setelah melakukan hubungan seks pranikah subjek menyatakan bahwa subjek menyesal, subjek merasa malu jika berada di kalangan teman-temannya yang belum pernah melakukan hubungan seks pranikah, terkadang bila teringat kejadian kehilangan keperawanannya tersebut subjek menangis, kegiatan kesehariannya terganggu karena konsentrasinya terkadang hilang memikirkan dirinya yang sudah tidak perawan lagi, dan subjek takut kehilangan pasangannya yang telah mengambil keperawanannya tersebut, sehingga subjek rela melakukan apa saja untuk bisa mempertahankan hubungannya tersebut.

Keputusan untuk melakukan hubungan seks tersebut tidak dengan konsekuensi yang kecil, terutama untuk remaja perempuan. Perasaan-perasaan negatif seperti hilangnya keperawanan, rasa malu, rasa bersalah, rasa berdosa, kotor, takut, khawatir dan lainnya akan timbul setelah mereka melakukan hubungan seks pranikah (Conger, dalam Sari 2012). Perasaan-perasaan negatif tersebut merupakan

beberapa karakteristik orang yang belum bisa menerima dirinya sesuai yang dikatakan (Mattews, dalam Trimulyaningsih dan Rachmahana 2008).

Fakta yang disampaikan di atas juga dialami oleh seorang karyawan (buruh) di sebuah pabrik di Jepara berinisial SE. SE adalah salah satu konseli dalam penelitian ini yang mengaku telah pernah melakukan seks pranikah dengan kekasihnya. SE menjalin hubungan asmara dengan kekasihnya selama tiga tahun terakhir, walau tidak satu tempat kerja tetapi setiap saat SE dan kekasihnya mengusahakan untuk bertemu.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 8 hingga 12 Agustus 2020 terhadap karyawan dengan inisial SE yang disinyalir pernah melakukan seks bebas diuraikan sebagai berikut. SE pertama kali melakukan seks pranikah pada saat perayaan tahun baru 2019 di sebuah tempat di kota Semarang. SE bersama kekasihnya pergi berlibur untuk menikmati masa pergantian tahun baru dengan bepergian ke luar kota, menghabiskan waktu seharian bersama kekasihnya yang sama-sama bekerja di sebuah pabrik tetapi beda kota. Kekasih SE bekerja di Kudus, sedangkan SE bekerja di Jepara.

Pada saat melakukan seks pranikah SE mengaku sangat emosional, takut, gelisah, cemas, dan membayangkan dosa yang akan diakibatkan dari perbuatannya. Tetapi sang kekasih meyakinkan bahwa dia akan bertanggung jawab sehingga membuat SE merasa sedikit lega atas perbuatannya. Dan rupanya sang kekasih telah mempersiapkan “segalanya” dengan baik, dengan mempersiapkan pengaman untuk melakukan seks pranikah agar mencegah kehamilan SE ke depannya.

Tetapi setelah seks pranikah, SE merasa begitu sangat berdosa kepada Tuhan, dan sangat bersalah kepada orangtuanya, merasa dirinya tidak begitu berharga sebagai manusia, terlebih sebagai perempuan yang layaknya suci hingga pernikahan sakral di gelar dan disaksikan oleh puluhan pasang mata. Setelah kejadian tersebut SE memutuskan untuk tidak bertemu dengan kekasihnya beberapa waktu, menghindar dan menjauh sementara dari kekasihnya. Tetapi setelah dipaksa kekasihnya untuk bertemu, akhirnya SE kembali bertemu dengan kekasihnya.

Untuk membantu konseli menata kehidupannya kembali setelah melakukan seks pranikah dibutuhkan bantuan dari seorang konselor atau praktisi dalam bidang bimbingan dan konseling. Salah satu bentuk bantuan yang diberikan adalah pelaksanaan layanan konseling individual.

Dalam konseling individual, terdapat beberapa pendekatan yang dapat digunakan, sehubungan dengan permasalahan yang dialami oleh konseli, maka peneliti menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Hartono dan Soedarmadji (2012: 88) mengatakan bahwa REBT ini menekankan pada proses berpikir konseli yang dihubungkan dengan perilaku serta kesulitan psikologis dan emosional.

Alasan peneliti menggunakan *Rational Emotive Behavior Therapy*, karena dalam pendekatan atau konseling ini menitikberatkan pada pengoreksian kesalahan berpikir konseli yang menganggap dirinya tidak lagi berharga karena telah melakukan kesalahan, yaitu melakukan hubungan seksual di luar nikah. Walau memang perilaku tersebut salah di mata agama dan norma masyarakat, tetapi sebagai manusia, konseli berhak memperoleh kebahagiaan dan terlepas dari kecemasan serta

bayang-bayang penyesalan masa lalu (perilaku seks bebas) yang pernah dilakukannya. Sehingga diharapkan konseli mampu menjadi pribadi yang sehat dengan tidak larut dalam penyesalan, tetapi menatap masa depan dengan optimis, dan memperbaiki kesalahannya dengan mendekati diri kepada Tuhan YME, keluarga, serta memilih pasangan yang baik.

Pendekatan atau konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* dilakukan dalam beberapa tahapan, yaitu Menunjukkan pada konseli bahwa dirinya tidak logis; Membantu konseli meyakini bahwa berpikir dapat ditantang dan diubah; Mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional (Latipun, 2013: 126).

Dalam penerapan pendekatan REBT di penelitian ini, peneliti menerapkan teknik *Cognitive Disputation*. Menurut Gladding (2012: 63) “pertentangan atau *disputing* ini meliputi *cognitive disputation, rational analysis, double-standard dispute, catastrophe scale, rational role reversal (devil’s advocate), reframing*. Pertentangan kognitif melibatkan penggunaan pertanyaan langsung, alasan yang masuk akal dan persuasi. Tahapan dalam penerapan teknik *cognitive disputation* meliputi: Diperlihatkan pemikiran konseli yang tidak logis; Meyakinkan pemikiran dan perasaan negatif konseli harus diubah; Mengembangkan pikiran rasional (McKay dan Fanning 2000: 178-179).

Alasan peneliti menggunakan teknik *cognitive disputation* yaitu untuk menyadarkan kembali konseli yang merasa tidak berharga sebagai wanita karena telah melakukan seks pranikah. Melalui perdebatan dan penghapusan pikiran yang

tidak rasional konseli diharapkan mampu menerima kondisi dirinya secara utuh. Meskipun telah melakukan seks pranikah.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka peneliti menyusun judul penelitian “Penerapan Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* Teknik *Cognitive Disputation* dalam Meningkatkan Penerimaan Diri Wanita Korban Seks Bebas”

1.2 Fokus dan Lokus Penelitian

1.2.1 Fokus Penelitian

Fokus dalam penelitian ini adalah menguraikan penerapan konseling atau pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* teknik *Cognitive Disputation* yang diberikan kepada konseli berinisial SE. Konseli merupakan karyawan (buruh) dari dua perusahaan di Jepara yang melakukan hubungan seks di luar nikah dengan pasangannya.

Dampak dari hubungan seks di luar nikah bagi konseli adalah mulai hilangnya penerimaan diri pada diri konseli. Konseli menilai dirinya (derajat) lebih rendah dari wanita lain, terutama teman-temannya yang mampu menjaga keperawanannya hingga saat ini. Kemudian konseli tidak siap menanggung tanggung jawab atas perilakunya. Konseli pun takut jika kedua orangtua mereka tahu akan perilakunya.

1.2.2 Lokus Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik sampling *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel ini lebih cocok digunakan untuk penelitian kualitatif atau penelitian yang tidak

melakukan generalisasi (Sugiyono, 2010: 14). Maka dari itu, peneliti menentukan SE sebagai subjek penelitian atau konseli, karena teridentifikasi sebagai wanita yang pernah melakukan seks pranikah dan mengalami masalah dalam penerimaan dirinya.

1.3 Rumusan Masalah

Peneliti memberikan rumusan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Faktor-faktor apa saja yang memengaruhi penerimaan diri wanita yang telah melakukan seks bebas?
2. Apakah penerimaan diri wanita yang telah melakukan seks bebas dapat ditingkatkan melalui penerapan pendekatan REBT teknik *Cognitive Disputation*?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan faktor-faktor penerimaan diri wanita yang telah melakukan seks bebas.
2. Mendeskripsikan peningkatan penerimaan diri wanita yang telah melakukan seks bebas dapat ditingkatkan melalui penerapan pendekatan REBT teknik *Cognitive Disputation*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling dalam seting luar sekolah. Serta memperkaya kajian penelitian bimbingan dan konseling dengan pendekatan REBT teknik *Cognitive Disputation*.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Konseli

Konseli dapat menerima kondisi yang dialami setelah melakukan seks pranikah, mampu berpikir ke depan, mengesampingkan masa lalu yang suram dan mampu memperbaiki diri di kemudian hari.

2. Orangtua Konseli

Orangtua konseli dapat menggunakan hasil penelitian untuk memantau perkembangan psikis konseli, serta memberikan dampingan terhadap hambatan atau masalah yang mungkin dialami konseli di kemudian hari.

3. Peneliti

Peneliti dapat memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan pendekatan REBT dalam seting luar sekolah.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah usaha peneliti dalam memperbaiki kondisi penerimaan diri wanita yang pernah melakukan seks pranikah di wilayah Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara di tahun 2020/2021. Peneliti dalam usahanya memberikan pelayanan konseling individual menggunakan pendekatan REBT teknik *Cognitive Disputation*.