

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada masa remaja terjadi perkembangan yang dinamis dalam kehidupan individu yang ditandai dengan percepatan pertumbuhan fisik, emosional, dan sosial (Hurlock, 1980: 210). Perubahan fisik yang terjadi di antaranya timbul proses pematangan organ reproduksi, selain itu juga sudah terjadi perubahan psikologis. Hal ini mengakibatkan perubahan sikap dan tingkah laku seperti mulai tertarik dengan lawan jenis, berusaha menarik perhatian dan muncul perasaan cinta yang kemudian akan muncul dorongan seksual. Munculnya dorongan seksual karena pada masa remaja cenderung memiliki tingkat seksual yang tinggi sehubungan dengan mulai matangnya hormon seksual dan organ-organ reproduksi. Perasaan suka terhadap lawan jenis atau tertarik dengan lawan jenis merupakan proses perkembangan sosial remaja, yang sering diungkapkan dengan istilah berpacaran.

Ada beberapa definisi berpacaran yang dikemukakan oleh para tokoh perkembangan remaja mengenai berpacaran. Menurut Himawan (2007: 3) pacaran adalah penjajakan antar pribadi untuk saling menjalin cinta kasih. Santrock (2003: 239) mengemukakan bahwa memilih dan menentukan pasangan untuk dinikahi disebut dengan kencan.

Hubungan pacaran yang dilakukan oleh remaja memiliki arti penting bagi remaja yang berpacaran. Manfaat secara umum seseorang berpacaran adalah menikmati kebersamaan bersama orang lain (Santrock, 2003: 243). Dengan

berpacaran seseorang merasakan cinta, kasih sayang, penerimaan lawan jenis dan rasa aman dari sang pacar. Berpacaran juga dapat melatih keterbukaan, umpan balik dan menyelesaikan konflik. Harlock (1980:228) juga mengemukakan bahwa dengan berpacaran maka remaja akan mempunyai ketrampilan sosial yang baik, sikap baik hati dan menyenangkan.

Fenomena perilaku pacaran di kalangan remaja sudah sangat umum. Hampir sebagian besar remaja yang sekaligus siswa ini telah dan pernah berpacaran, baik remaja kota maupun remaja desa. Hal ini dapat terlihat di salah satu media massa yang membidik anak usia sekolah menengah terkait masalah hubungan antar lawan jenis atau biasa dikenal dengan istilah pacaran. Riset yang dilakukan KPAI di 12 kota di Indonesia tahun 2010, menunjukan bahwa dari 2.800 responden pelajar, 76% perempuan dan 72% laki-laki pernah mengaku berpacaran (Andri Haryanto, 2010).

Berpacaran dapat memberikan kontribusi positif maupun negatif bagi remaja yang berpacaran. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saadatun Nisa (2008), menunjukan bahwa berpacaran dapat memberikan kontribusi positif bagi remaja yang berpacaran. Hasil positif yang didapatkan oleh remaja yang berpacaran adalah ketika mereka dihadapkan oleh suatu konflik, maka jalan untuk menyelesaikan konflik adalah dengan pengendalian diri di antara mereka. Pengendalian diri tersebut di antaranya yaitu kesabaran dan berpikir positif. Selain itu, masa remaja juga merupakan masa yang rentan untuk terpengaruh hal negatif misalnya melakukan bentuk-bentuk perilaku seksual remaja yang beresiko:

gayapacaran yang tidak sesuai norma, seks pranikah, kehamilan tidak dikehendaki (KTD), aborsi, kekerasan dalam berpacaran (KDP).

Seks pranikah dilakukan oleh para remaja dengan berbagai macam alasan yang melatarbelakanginya. Lembaga Fakta yang diperoleh dari Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia Keluarga Berencana (PKBI), *United Nations Populations Fund* (UNFPA) dan Badan Koordinasi Keluarga Berencana (BKKBN), melakukan poling terhadap 1.000 remaja di Bandung, di mana hasil poling yang diperoleh menunjukkan 20% telah melakukan seks pranikah (Agupena, 2011). Senada dengan hal tersebut penelitian yang dilakukan oleh Taufiq dan Nisa Rachmah (2005) tentang perbedaan seksualitas pada remaja juga menunjukkan bahwa 13,12% remaja telah melakukan hubungan seksual. Sebagian besar subyek melakukan hubungan seksual pranikah karena sebagai bukti rasa cinta terhadap pasangan, pengaruh teman-teman lain, dan tergoda oleh pasangan (rayuan) serta tidak memiliki kemampuan untuk menolak rayuan pasangan.

Salah satu dampak dari hubungan seksual pranikah yaitu kehamilan tidak dikehendaki (KTD). KTD menyebabkan pikiran-pikiran irasional bagi remaja. Citra Puspitasari (2008: 1) kasus kehamilan tidak dikehendaki menunjukkan perasaan-perasaan ketidakberdayaan remaja, di mana 51% dihantui perasaan bersalah, 63% merasa dirinya adalah wanita kotor, 41% tidak percaya diri, 59% merasa cemas tidak diterima di masyarakat. Kasus kehamilan tidak dikehendaki tercatat ada 92 kasus kehamilan tidak diinginkan pada tahun 2001, 97 kasus pada tahun 2002, 6 kasus pada 2003 penelitian Wijaya (Anissa, K., 2009), dan tercatat

hingga tahun 2006 total kehamilan tidak diinginkan mencapai 638 kasus yang diadukan ke lembaga konseling PKBI DIY (Aliyah, 2006).

Selain itu, karena perasaan malu seringkali yang terpikirkan dalam benak remaja yang mengalami KTD adalah melakukan aborsi. Aborsi memberi dampak yang sangat berbahaya antara lain: pendarahan, infeksi, kemandulan, bahkan kematian (Aliyah, 2006). Data survey yang dilakukan oleh Paulinus Soge pada tahun 2008 menyebutkan angka kejadian 2 juta kasus aborsi per 1.000 tahun wanita usia 15-19 tahun atau 43 aborsi per 100 kelahiran hidup atau 30% dari kehamilan (Farida Harahap dkk, 2009). Senada dengan hal tersebut, survey yang dilakukan oleh BadanKesehatan Rumah Tangga (2005) dan diperkuat oleh *“Buku Fakta”* yang dikeluarkan UNFPA dan Kantor Menteri Negara Pemberdayaan Perempuan (2000), di mana survey dilakukan di Surabaya menunjukan bahwa setiap hari rata-rata ada 100 kasus aborsi yang pelakunya 60% ibu rumah tangga dan 40% ABGRepublika, 24 Oktober 2000 (Ita Mussarofa, 2011).

Banyak remaja tidak mengetahui dampak atau resiko dari perilaku seksual pranikah. Penelitian yang dilakukan oleh Tinceuli Sinaga (2007) mengenai pengetahuan seksualitas remaja menunjukan bahwa, 68,35% responden mempunyai pemahaman yang baik tentang kehamilan yang dikehendaki, dan selebihnya masih berpengetahuan buruk. Di mana kasus KTD sebelum menikah akan tetap meningkat di kalangan remaja karena remaja mempunyai pengetahuan yang minim tentang pengetahuan seksual pranikah.

Perilaku seksual beresiko lain yaitu kekerasan dalam berpacaran (KDP). KDP biasanya terjadi dari beberapa jenis, misalnya serangan fisik, mental/psikis,

ekonomi dan seksual. Dari segi fisik, yang dilakukan seperti memukul, meninju, menendang, menjambak ataupun mencubit. Kekerasan terhadap mental seseorang biasanya seperti cemburu berlebihan, pemaksaan atau memaki-maki di depan umum. Kekerasan dalam hal ekonomi jika pasangan sering pinjam uang atau barang-barang lain tanpa pernah mengembalikannya atau selalu minta ditraktir dan meminta dibelikan sesuatu (Ungki, 2008). PKBI Yogyakarta (Nita Ardiantini: 2009) mendapatkan data bahwa sepanjang bulan Januari hingga Juni 2008 terdapat 47 kasus kekerasan dalam berpacaran, 57% di antaranya adalah kekerasan emosional, 20% mengaku mengalami kekerasan seksual, 15% mengalami kekerasan fisik, dan 8% lainnya merupakan kasus kekerasan ekonomi.

Remaja dapat menghindari hal-hal yang tidak merugikan maupun membuat perasaan tidak nyaman jika dalam diri remaja yang berpacaran mempunyai sikap asertif yang tinggi. Menurut Stein (2004: 90) perilaku asertif berarti kemampuan untuk berkomunikasi dengan jelas, spesifik, dan tidak taksa (multi tafsir), sambil sekaligus tetap peka terhadap kebutuhan orang lain. Perilaku asertif juga bukan berarti meminta apa yang diinginkan dengan kasar, menentang, tidak juga dengan kekerasan (agresif) pada orang yang dimintai. Perilaku asertif lebih mencakup permintaan yang lembut, masuk akal, dengan cara yang dewasa. Remaja yang memiliki perilaku asertif diharapkan memiliki ketegasan dan keberanian untuk mengungkapkan perasaan yang mengganggu dirinya kepada pasangannya. Oleh karena itu tindakan yang kurang mengenakan dalam berpacaran sebenarnya dapat dicegah asalkan remaja memiliki perilaku asertif yang tinggi.

Ada beberapa penelitian yang menunjukan bahwa remaja yang memiliki perilaku asertif rendah akan mudah terjerumus dalam perilaku negatif. Nita Ardiantini (2009), mengutip dari berbagai sumber seperti Suara Merdeka (8 Maret 2009), bahwa terdapat 28 kasus kekerasan dalam pacaran, Lembaga Swadana Masyarakat (LSM), juga menangani 385 kasus kekerasan dalam pacaran. Penelitian yang dilakukan Israr (Nita Ardianti, 2009: 6) juga mengungkapkan bahwa terjadinya kekerasan dalam berpacaran karena korban cenderung tidak berani menolak atau berkata “tidak”, menutup diri dan menghukum diri. Faktor-faktor penyebab ini berkaitan dengan kemampuan remaja untuk mengungkap pikiran, perasaan secara jujur tanpa merugikan diri sendiri dan orang lain (sikap asertif).

Oleh karena itu remaja perlu memiliki sikap asertif yang tinggi dalam berpacaran sehingga mereka mempunyai perasaan yang sejahtera. Stein (2004 : 95) mengemukakan bahwa:

“Orang yang pasif sulit untuk mengungkapkan perasaan mereka kepada orang lain. Mereka memendam permasalahan dan menghindari situasi yang tidak menyenangkan, mereka cepat menyerah, putus asa dan mengalah pada pendapat orang lain. Sehingga mereka merasa tidak bahagia.”

Perilaku asertif seseorang juga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang yang sehat, tidak cemas dalam bergaul dengan orang lain dan dapat mencapai tujuan-tujuan yang diinginkan. Perilaku asertif membantu seseorang untuk mengkomunikasikan perasaan terhadap orang lain secara jelas, tegas, atas kebutuhannya dalam berpacaran. Sehingga dengan remaja yang berpacaran,

individu tetap memiliki kehidupan yang sejahtera, hak-hak pribadi tidak terampas (Stein, 2004: 99).

Fenomena pacaran yang ada di kalangan remaja kelas X Pemasaran 1 di SMK Negeri 1 Depok masih menunjukkan perilaku asertif yang rendah dalam berpacaran. Hal ini terbukti dari hasil wawancara pada tanggal 24 Januari 2012 yang dilakukan dengan beberapa siswa SMK Negeri 1 Depok mengemukakan bahwa siswa Aya (nama samaran), merasa sungkan untuk mengungkapkan penolakan ajakan pacar ketika Aya sedang sibuk mengerjakan tugas dari sekolah. Sehingga Aya lebih memilih untuk menuruti keinginan pacar dan tugas sekolah sering terabaikan. Begitu juga dengan Ani (nama samaran), mengungkapkan bahwa ia merasa kesulitan untuk mengungkapkan hak-haknya untuk dapat bersosialisasi dengan lawan jenisnya, karena larangan pacarnya. Ani merasa terkekang dengan sikap pacarnya yang posesif. Ani ingin mengungkapkan pikiran-pikirannya tersebut tanpa harus kehilangan pacar. Begitu juga dengan siswi yang bernama Nina (nama samaran), ia mengungkapkan bahwa merasa sungkan untuk mengungkapkan kepada pacar ketika ia menghendaki pacarnya untuk segera pulang ke rumah karena waktu sudah menjelang maghrib. Menyikapi permasalahan yang ada tersebut, maka perlu diterapkan metode untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran.

Metode untuk meningkatkan perilaku asertif salah satunya yaitu pelatihan asertivitas. Menurut Zastrow (Nursalim, 2005:129), pelatihan asertivitas adalah pelatihan yang dirancang untuk membimbing manusia untuk menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya

sendiri tanpa harus mengesampingkan hak orang lain. Melalui pelatihan asertivitas ini remaja juga dilatih untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan serta mampu memberikan respon-respon penolakan dan permintaan kepada sang pacar. Beberapa penelitian telah mengembangkan dan menerapkan pelatihan asertivitas untuk remaja. Hasil penelitian Dzakiyatus (2011: 106) tentang peningkatan perilaku asertif melalui pelatihan asertivitas, menunjukan adanya perubahan yang positif seperti menegur teman yang melakukan kesalahan, menolak permintaan teman dengan sopan dan mengungkapkan ketidaksenangan pada teman.

Terkait dengan pemaparan masalah yang dipaparkan tersebut, peneliti mempunyai pemikiran bahwa yang menjadi permasalahan sebenarnya adalah sebagian siswa masih memiliki perilaku asertif yang rendah dalam berpacaran, sehingga perlu metode untuk meningkatkan perilaku asertif. Metode yang dipandang tepat untuk meningkatkan perilaku asertif adalah dengan menggunakan pelatihan asertivitas. Digunakannya pelatihan asertivitas karena dibutuhkan interaksi sosial secara langsung, di mana dalam peningkatan perilaku asertif ini membutuhkan keterlibatan peran orang lain sebagai pemberi respon dan sumber *feed back*. Sehingga dengan pelatihan ini, siswa dapat mengungkapkan perasaan, pikiran, pendapat secara langsung tanpa ada rasa cemas. Oleh karena itu metode yang digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran pada siswa yang berpacaran kelas X Pemasaran 1 di SMK Negeri 1 Depok menggunakan pelatihan asertivitas. Di mana di sekolah tersebut belum pernah digunakan metode pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif

berpacaran. Harapannya dengan diadakannya pelatihan asertivitas akan mampu meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran.

B. Identifikasi Masalah

Memperhatikan permasalahan yang telah diuraikan pada latar belakang masalah, maka perlu diidentifikasi permasalahan-permasalahan tersebut sebagai berikut:

1. Meningkatnya perilaku seksual beresiko remaja dalam berpacaran.
2. Kurangnya sikap asertif untuk mengurangi perilaku beresiko yang tinggi pada remaja berpacaran.
3. Kurangnya layanan BK untuk meningkatkan perilaku asertif siswa terhadap perilaku negatif berpacaran.
4. Belum digunakannya suatu bentuk metode pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran di SMK Negeri 1 Depok.

C. Batasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan batasan masalah dan keterbatasan peneliti, maka peneliti akan membatasi penelitian pada permasalahan pada peningkatan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran melalui pelatihan asertivitas. Sehingga perlu adanya peningkatan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran melalui pelatihan asertivitas. Pembatasan dilakukan agar peneliti lebih fokus dan memperoleh hasil yang maksimal.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut :

1. Apakan pelatihan asertivitas dapat meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran?
2. Bagaimana upaya meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran melalui penerapan pelatihan asertivitas pada siswa kelas X Pemasaran 1 di SMK Negeri 1 Depok?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran melalui pelatihan asertivitas pada siswa kelas X Pemasaran 1 di SMK Negeri 1 Depok.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritik

Sebagai sumbangan ilmu dalam bidang bimbingan dan khususnya dalam pemberian layanan bimbingan kelompok melalui pelatihan asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif terhadap perilaku negatif berpacaran.

2. Manfaat praktis

a. Bagi guru BK

Memberi masukan terhadap guru BK untuk mengembangkan perilaku asertif siswa melalui layanan bimbingan kelompok.

b. Bagi siswa

Sebagai bahan pengetahuan pentingnya perilaku asertif bagi kehidupan siswa terhadap perilaku negatif berpacaran dan sebagai evaluasi apakah selama ini remaja sudah memiliki perilaku asertif yang cukup tinggi terhadap perilaku negatif berpacaran.

c. Bagi peneliti

Memberikan pengalaman serta wawasan khususnya dalam memberikan layanan bimbingan kelompok melalui pelatihan asertivitas.