

Hajir Tajiri

Dosen UIN SGD Bandung

DAKWAH DAN PENGEMBANGAN KENDALI DIRI; UPAYA ANTISIPASI KECENDERUNGAN SEKS BEBAS DIKALANGAN REMAJA

Abstract

Da'wah in context preventing of freesexual behavior on teenager is something not easy. Da'wah in this context need creative efforts either individual or collective and collaborative of all profesion and government policy. One of suitable approach is cognitive-behavioral, with this approach estimated will able giving solution to teenager problem, especially to increase self control ability as prevention step to freesexual tendency. That is by cognition restructurization or modification and rebuild their behavior.

خلاصة

ليست سهلة للدعوة في منع حرية ممارسة الجنس بين المراهقين. وتحتاج فيها التدابير الإبداعية إما فرديا أو جماعيا أو تعاونيا باعتبارها جهدا مشتركا للمهنة وسياسة الحكومة. و من احد مناهج يمكن اختباره وهونهج المعرفية-السلوكية. ويعتقد مع هذا النهج أن تكون قادرة على تقديم حل المشاكل للمراهقين لتحسين ضبط النفس وذلك كخطوة لمنع القيام السلوك الجنسي المحظور. وهو مع إعادة الهيكلة المعرفية أو تعديل وإعادة بناء السلوك المعرفي.

Kata Kunci:

Dakwah, Pengembangan Kendali Diri,
Kognitif-Perilaku, Remaja, dan Seks Bebas

Pendahuluan

Kehidupan di masa remaja bisa dikatakan sebagai fase kehidupan yang sarat dengan beragam masalah. Umumnya masyarakat mengenal istilah kenakalan sering terhubungkan dengan fase ini atau disebut kenakalan remaja (*juvenile delinquence*), dan jarang terdengar istilah kenakalan orang tua.

Dalam beberapa hal kondisi pada fase remaja ini dapat dimaklumi karena pada usia remaja seperti dikatakan oleh Harlock¹, masa remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari satu tahap ke tahap berikutnya dan mengalami perubahan baik emosi, tubuh, minat, pola perilaku, dan juga penuh dengan masalah-masalah. Oleh karenanya, remaja sangat rentan sekali mengalami masalah psikososial, yakni masalah psikis atau kejiwaan yang timbul sebagai akibat terjadinya perubahan social.

Berbagai informasi dan pendapat ahli banyak menyoroti masalah kenakalan remaja salah satunya terkait dengan kebiasaan melakukan seks bebas. Menurut Boyke², berdasarkan studi penelitian di berbagai kota besar di Indonesia, sekitar 20 hingga 30 persen remaja mengaku pernah melakukan hubungan seks. Celakanya, perilaku seks bebas tersebut berlanjut hingga menginjak ke jenjang perkawinan. Ancaman pola hidup seks bebas di kalangan anak remaja secara umum baik di pondokan atau kos-kosan tampaknya berkembang semakin serius. Peningkatan itu dari sekitar lima persen pada tahun 1980-an, menjadi dua puluh persen pada tahun 2000.

Hasil penelitian *Synovate Research*³ tentang perilaku seksual remaja di 4 kota dengan 450 responden,

¹ Efri Widiarti, *Remaja dan Permasalahannya : Bahaya Merokok , Penyimpangan Seks , Dan Bahaya Penyalahgunaan Minuman Keras/Narkoba* (Tesis), (Bandung: Unpad, 2007)

² Boyke dalam *Waspadai Seks Bebas Kalangan Remaja*, KBI Gemari Jakarta, 7 September 2001

³ www.situs.deskespro.info.

yaitu Jakarta, Bandung, Surabaya dan Medan. 44% responden mengaku mereka sudah pernah punya pengalaman seks di usia 16 sampai 18 tahun. Sementara 16% lainnya mengaku pengalaman seks itu sudah mereka dapat antara usia 13 sampai 15 tahun. Uniknyanya, para responden ini sadar bahwa seharusnya mereka menunda hubungan seks sampai menikah (68%) dan mengerti bahwa hubungan seks pra nikah itu tidak sesuai dengan nilai dan agama mereka (80%). Mereka mengaku hubungan seks itu dilakukan tanpa rencana. Para responden pria justru 37% mengaku kalau mereka merencanakan hubungan seks dengan pasangannya. Sementara, 39% responden perempuan mengaku dibujuk melakukan hubungan seks oleh pasangannya. Ketika ditanya bagaimana perasaan para responden setelah melakukan hubungan seks pra nikah itu, 47% responden perempuan merasa menyesal karena takut hamil, berdosa, hilang keperawanan dan takut ketahuan orang tua.

Kecenderungan perilaku seksual bebas di kalangan remaja sebagaimana dijelaskan tersebut sudah cukup memperhatikan banyak kalangan terutama para pendidik, para agamawan dan para pemerhati masalah moral. Keprihatinan itu adalah wajar karena jika didekati dari beberapa sudut pandang merupakan perilaku bermasalah, dilihat dari sudut pendidikan, Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 tentang tujuan pendidikan nasional menyebutkan hakikat pendidikan memberikan tekanan pada aspek keimanan dan ketaqwaan, artinya menurut Mulyana⁴ bahwa semua proses pendidikan di Tanah Air harus bermuara pada penguatan kesadaran nilai-nilai ketuhanan sesuai dengan keyakinan agama yang dianut, dan ini berarti pendidikan bertujuan untuk

⁴ Rohmat Mulyana, *Mengartikulasikan Pendidikan Nilai*, (Bandung: Alfabeta, 2004), h. 167.

mengantarkan peserta didik yang mampu menjunjung tinggi budaya luhur.

Ajaran agama menyebutkan memasukan perilaku seks bebas kepada perbuatan zina, dan hukumnya dosa atau dilarang. Menurut Adz-Dzahabi⁵, Zina yaitu mengadakan hubungan kelamin antara laki-laki dan perempuan tanpa diikat pernikahan yang sah. Perzinaan ini merupakan perbuatan mesum, baik dalam pandangan agama maupun pandangan masyarakat, bahkan perbuatan tersebut akan mengarah pada pengaburan keturunan, yang akhirnya sangat memungkinkan anak yang dilahirkan itu menjadi terlantar. Dengan alasan ini agama Islam melarang untuk melakukan perbuatan zina, karena zina termasuk perbuatan dosa besar. Dalam firman Allah disebutkan, "Janganlah kamu mendekati zina sesungguhnya zina itu sangat menjijikan dan merupakan jalan yang paling jelek" (Al-Isra: 32). Dan dalam hadits nabi saw, perbuatan itu dapat mendatangkan kesengsaraan sebagaimana sabdanya, "Wahai kaum muslimin, takutlah akan akibat zina, sebab disitu ada enam perkara yang bisa dirasakan oleh pezina, yang tiga diberikan di dunia dan tiga lagi diberikan di akhirat; adapun yang tiga di dunia itu ialah hilangnya sinar di wajah, pendek umurnya, terus menerus dalam kefakiran; sedang yang tiga perkara di akhirat ialah mendapatkan murka Allah, siksa yang jelek dan azab neraka (HR. Baihaqi).

Berdasarkan paparan di atas maka tidak ada jalan lain kecuali bagi para professional kemanusiaan harus mampu mencarikan jalan penyelesaiannya, terutama upaya untuk menyelamatkan generasi dari kehancuran. Para professional di bidang agama (baca: muslim) yang secara spesifik terikat dengan kewajiban dakwah

⁵ Adz-Dzahabi dalam Michael Reiss dan J. Mark Halstead. 2004. *Sex Education, Nilai dalam Pendidikan Seks Bagi Remaja; Dari Prinsip ke Praktek*, (Yogyakarta: Alinea Press. 2004), h. 92.

berfungsi sebagai agen pengawal dan penyelamat generasi dari kehancuran moral. Para professional (da'i) lebih berhak untuk memperbaiki kondisi umat ini, sebab dalam sepanjang sejarah perjalanan dakwah serta menurut sunnahnya, dakwah merupakan aktivitas yang senantiasa menyeru kepada kebaikan, melaksanakan amar ma'ruf dan meminimalisir kemungkaran. Para da'i sangat takut terhadap ancaman Allah seperti dalam QS. Al-Anfal ayat 25 berbunyi:

وَاتَّقُوا فِتْنَةً لَا تُصِيبَنَّ الَّذِينَ ظَلَمُوا مِنْكُمْ خَاصَّةً وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ شَدِيدُ

الْعِقَابِ ﴿٢٥﴾

“Dan peliharalah dirimu dari pada siksaan yang tidak khusus menimpa orang-orang yang zalim saja di antara kamu. dan ketahuilah bahwa Allah Amat keras siksaan-Nya”. (QS. Al-Anfal (8): 25)

Seperti apakah para da'i seharusnya mengembangkan pola dakwah khususnya dalam mengantisipasi atau mencegah menjamurnya perbuatan ma'siyat? Apakah metode-metode dakwah konvensional masih dipandang relevan khususnya dalam men-solusi persoalan remaja, atau harus dipikirkan pendekatan lain yang kemungkinannya lebih bisa diperhitungkan dari sisi keefektivannya?

Re-Artikulasi Dakwah dari Aspek Metodologi

Pengembangan dakwah baik sebagai ilmu maupun terapan tidak bisa dipisahkan dengan ketepatan dan kecermatan metodologinya. Untuk itu, seorang ilmuwan dakwah harus mampu melihat dimana posisi dakwah sebagai sebuah fenomena keilmuan. Apakah dakwah sebagai ilmu agama yang memiliki karakteristik cenderung bersifat doktriner atau sebagai realitas sosial⁶. Kalau dakwah dipandang sebagai ilmu agama

⁶ Penggolongan dakwah sebagai ilmu agama serta karakteristik objek studi yang memungkinkan pendekatan studi yang dipergunakan, didasarkan pada penjelasan Imam Suprayogo mengenai agama sebagai objek studi penelitian.

dan cenderung dipahami lebih dari sisi doktrin agama maka pendekatan yang dipergunakan adalah pendekatan teologis, sedangkan kalau cenderung dipahami sebagai realitas sosial maka pendekatan yang paling tepat digunakan adalah pendekatan ilmu-ilmu sosial.

Kritik sering tertuju terhadap ilmu dakwah karena pada kenyataannya para ilmuan dakwah lebih banyak menggunakan pendekatan normative dalam mengkaji dakwah, yaitu proses konseptualisasi dakwah dengan cara istinbath terhadap sumber-sumber normatif ajaran Islam yaitu Al-Qur'an dan al-Hadits. Kenyataan ini dipandang sebagai terlalu rigid dan sangat membatasi ruang gerak terutama untuk pengembangan ilmu dakwah yang lebih menyentuh persoalan-persoalan yang ril dan empirik. Oleh karena itu solusi yang ditawarkan oleh mereka adalah pendekatan yang bersifat filosofis⁷.

Bagi penulis, adanya kritik dalam upaya mengembangkan dakwah perlu disikapi secara positif, demikian juga jika terjadi kontroversi seputar mana yang harus lebih mendapatkan prioritas antara pendekatan teologis normatif atau pendekatan filosofis, bahkan menurut penulis tidak terlalu penting, mengapa demikian? Karena bagi penulis dakwah adalah fenomena yang unik, dia berada pada tarikan kutub-kutub yang dipertentangkan itu, artinya ilmu dakwah memiliki peluang besar untuk berkembang, dan proses berkembangnya bisa melibatkan kedua pendekatan tersebut. Pertama, dakwah merupakan aktivitas yang

Menurut Imam Suprayogo, pengkajian agama semakin beragam, baik objek maupun metodenya. Sebagai objek kajian, agama dapat diposisikan sebagai doktrin, realitas sosial atau fakta sosial dan pengungkapannya. Kajian yang memosisikan agama sebagai doktrin menggunakan pendekatan teologis, yaitu kajian ilmiah atas doktrin agama dalam bingkai keimanan. Kajian ini melahirkan ilmu-ilmu agama. Sedangkan kajian yang memosisikan agama sebagai realitas sosial dan pengungkapannya, menggunakan pendekatan ilmu-ilmu sosial seperti sosiologi, antropologi, psikologi, filologi dan sejarah. Lihat Imam Suprayogo, *Metodologi Penelitian Sosial Agama*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2001), h. iii.

⁷ Lihat Nanih Machendrawaty, *Wacana Pengembangan BPI*, Makalah pada Diskusi Dosen Fakultas Dakwah.

diperintahkan dan termnya ekplisit dalam al-qur'an. Sebagai sebuah disiplin ilmu ia tidak kehilangan jati dirinya sebagai amaliyah keislaman yang diperintahkan dalam Al-Qur'an, implikasinya rumusan tentang apa itu dakwah dan bagaimana dakwah seharusnya dilaksanakan dijelaskan oleh Al-Qur'an. Kedua, aktivitas dakwah telah menyebar, bukan hanya sejak perintah dakwah kepada nabi saw, tetapi juga telah berlangsung semenjak kehidupan para nabi sebelumnya. Karenanya, baik pendekatan dakwah normative maupun historis ada kebenarannya dan keduanya tidak untuk dipertentangkan tetapi untuk didialogkan.

Dalam kajian dakwah maupun ilmu dakwah, yang terpenting adalah bagaimana memperkaya wacana pengkajian tentang pengembangan metodologi dakwah. Sebab, baik pendekatan teologis maupun pendekatan filosofis sama-sama sangat urgen peranannya dalam merekonstruksi konsep-konsep yang berkaitan dengan dakwah Islam. Bahkan banyaknya pendekatan, tidak dilihat dari aspek yang berlawanan melainkan banyaknya pendekatan itu lebih merupakan sebuah sistem yang saling menguatkan di antara komponen-komponen yang akan menyempurnakan status keilmuan dakwah.

Mempertimbangkan Kontribusi Pandangan Kognitif-Behavioral

Dakwah dalam konteks perbaikan perilaku akan bersentuhan dengan pandangan disiplin lain yang juga menjadikan perilaku sebagai objek kajiannya, maka ketika muncul persoalan bagaimanakah seorang da'i sebaiknya memperbaiki perilaku tidak ada salahnya mempertimbangkan pandangan-pandangan keilmuan yang relevan.

Secara umum prinsip metodologi dakwah sebagaimana disebutkan dalam QS. An-Nahl: 125 itu ada tiga: bil-hikmah, bilmauidhah hasanah dan mujadalah

bil ahsan. Asep Muhyidin⁸ menjelaskan prinsip-prinsip itu sebagai: dakwah bil-hikmah mengandung pengertian: dakwah bijak, memperhatikan suasana, situasi dan kondisi mad'u, menggunakan metode yang relevan dan realistis sesuai tantangan dan kebutuhan, memperhatikan kadar pemikiran dan intelektual, suasana psikologis dan situasi sosial-kultural mad'u. Dakwah bil-mauidzah hasanah dapat mengandung maksud sebagai dakwah dengan tutur kata yang lembut, menghindari sikap sinis dan kasar, tidak menyebut-nyebut kesalahan atau menghakimi orang yang diajak bicara. Sedangkan dakwah bil mujadalah dimaksudkan sebagai dakwah dengan cara berdiskusi atau debat dengan prinsip: tidak merendahkan pihak lawan, menghina, mengejek, menghujat, bukan untuk mencari kemenangan tapi untuk mencapai kebenaran, bertujuan semata-mata untuk menunjukkan kebenaran sesuai nilai-nilai ajaran Islam, tetap menghormati pihak lawan dan tidak ada pihak yang merasa diri kalah dalam perdebatan.

Bagaimanakah aplikasinya secara ril di lapangan, maka apa yang dijelaskan secara konseptual itu ternyata masih tetap harus dijabarkan ke wilayah yang lebih teknis lagi, disinilah pendekatan-pendekatan yang bersifat kreatif jika mampu membuatnya betul-betul dibutuhkan, sedangkan dalam tingkat keterbatasannya bisa belajar kepada disiplin ilmu lain yang justru sudah lebih jauh menekuninya, salah satunya psikologi kognitif-behavioral.

Apa yang dikembangkan pendekatan psikologi kognitif-behavioral? Menurut John McLeod⁹ pendekatan ini bersumber dari psikologi behaviorial dan memiliki tiga karakteristik: pemecahan masalah (problem solving), pendekatan perubahan terfokus (change focused

⁸ Asep Muhyiddin, *Dakwah dalam Perspektif Al-Qur'an, Studi Kritis atas Visi, Misi dan Wawasan*, (Bandung: Pustaka Setia, 2002), h. 163-169

⁹ John McLeod, *Pengantar Konseling, Teori dan Studi Kasus*, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2008), h. 139

approach), dan memiliki perhatian yang lebih terhadap proses kognitif sebagai alat untuk mengontrol dan memonitor tingkah laku. Dimensi behavioral dalam pendekatan kognitif-perilaku bersumber dari psikologi behavioral yang diketahui secara luas diciptakan oleh J.B. Watson, khususnya melalui publikasi *Psychology from the standpoint of a behaviorist* pada 1919.

Pendekatan kognitif-perilaku memiliki asumsi bahwa sumber persoalan pada perilaku manusia terletak pada kognisi yaitu berupa asumsi-asumsi yang keliru tentang sesuatu atau terjadinya distorsi kognitif. Ada beberapa jenis distorsi kognitif menurut Beck yaitu generalisasi berlebihan, pemikiran dikhotomis (*dichotomous thinking*), dan kecenderungan membayangkan berbagai peristiwa pasti berkaitan dengan tindakannya.

Dalam berbagai penelitian pemecahan masalah bahwa orang umumnya terburu-buru dalam mengambil keputusan, atau melakukan generalisasi berlebihan berdasarkan buku yang sangat terbatas, atau berpegang teguh pada interpretasi seseorang atas sebuah fakta sebagai usaha untuk menolak atau mengacuhkan bukti yang menunjukkan kebalikannya.

Pendekatan utama lain untuk memahami proses kognitif dalam konseling kognitif-perilaku adalah operasi metakognisi. Hal ini merujuk kepada kemungkinan seseorang untuk merefleksikan proses kognitifnya sendiri, untuk menyadari bagaimana mereka akan memikirkan sesuatu, atau mencoba memecahkan masalah. Prinsip pemrosesan kognitif merupakan karya Ellis, Beck dan praktisi kognitif-perilaku lainnya. Ellis telah menemukan teori fungsi kepribadian A-B-C. Dalam kasus ini A merujuk kepada peristiwa yang aktif, bisa jadi berupa aksi, atau sikap individual, atau peristiwa fisik actual. C adalah konsekuensi emosional atau perilaku dari suatu peristiwa, perasaan atau perilaku yang dialami orang dari sebuah peristiwa. Tetapi bagi Ellis A tidak menyebabkan C. Antara A dan C terdapat B, keyakinan seseorang tentang peristiwa. Ellis

berpendapat bahwa setiap peristiwa selalu ditengarai oleh keyakinan, dan arena itu konsekuensi emosional sebuah peristiwa lebih ditentukan oleh keyakinan terhadap peristiwa tersebut ketimbang peristiwa itu sendiri. Nilai terpenting formula A-B-C dalam hubungannya dengan metakognisi adalah konselor akan mengajari klien bagaimana menggunakannya sebagai cara untuk memonitor reaksi kognitif terhadap peristiwa. Klien kemudian akan mampu melakukan pemrosesan metakognisi pemikirannya sendiri sebagai reaksi terhadap peristiwa apapun dan idealnya menjadi lebih mampu membuat pilihan bagaimana tujuannya untuk memikirkan peristiwa tersebut.

Pendekatan kognitif-behavioral lebih berorientasi kepada tindakan klien yang menghasilkan perubahan. Pendekatan ini diterapkan dalam sebuah program yang terstruktur langkah demi langkah yang mencakup:

1. Menciptakan hubungan yang sangat dekat dan aliansi kerja antara konselor dan klien, menjelaskan dasar pemikiran dari penanganan yang akan diberikan.
2. Menilai masalah. Mengidentifikasi, mengukur frekuensi, intensitas dan kelayakan masalah perilaku dan kognisi.
3. Menetapkan target perubahan. Hal ini seharusnya dipilih oleh klien dan harus jelas, spesifik dan dapat dicapai.
4. Penerapan teknik kognitif dan perilaku
5. Memonitor perkembangan, dengan menggunakan penilaian berjalan terhadap perilaku sasaran.
6. Mengakhiri dan merancang program lanjutan

Konselor kognitif-perilaku biasanya menggunakan berbagai teknik intervensi untuk mendapatkan kesepakatan perilaku sasaran dengan klien. Teknik yang biasa digunakan adalah: (1) Menantang keyakinan irasional, (2) Membingkai kembali isu; misalnya menerima kondisi emosional internal sebagai sesuatu yang menarik ketimbang sesuatu yang menakutkan, (3) Mengulang kembali penggunaan beragam pernyataan diri dalam role play dengan konselor, (4) menggunakan

berbagai pernyataan diri (self talk), (5) mengukur perasaan, (6) menghentikan pikiran, (7) desensitisasi sistematis, (8) pelatihan keterampilan social, (9) penugasan pekerjaan rumah, (10) pencegahan kekambuhan (relapse prevention).

Remaja, Kemampuan Kendali Diri dan Kecenderungan Seks Bebas

Remaja dan Masalah Seksualitas

1. Perkembangan Seksualitas Remaja

Barangkali selama perjalanan perkembangan masa remaja, tidak ada fenomena yang sedramatis dan memiliki pengaruh besar sebagaimana perwujudan dari perkembangan perilaku seksual pada remaja. Pada periode perkembangan seksual, remaja mengalami dua jenis perkembangan utama, yaitu perkembangan seks primer yang mengarah pada kemasakan organ seksual (ditandai oleh "mimpi basah" atau menstruasi); dan perkembangan seks sekunder yang mengarah pada perubahan ciri-ciri fisik. (misalnya timbulnya rambut-rambut pubis, perubahan kulit, otot, dada, suara, dan pinggul). Kedua perubahan ini menuntut adanya proses penyesuaian.

Hasil penelitian¹⁰ membuktikan bahwa perubahan dalam aspek biologis, psikologis, dan sosiologis secara bersama-sama menentukan terbentuknya pengalaman seksual bagi remaja. Secara biologis, perubahan hormonal pada laki-laki membangkitkan minat yang tinggi terhadap hal-hal yang berkaitan dengan perilaku seksual. Berbeda dengan perempuan, adanya perubahan hormonal ini pengaruhnya tidak terlalu tampak secara langsung. Terlebih kondisi ini didukung oleh faktor sosiologis, di mana pengekspresian dorongan seksual pada laki-laki (Hubungan seksual atau masturbasi) terkesan lebih ditolerir dibandingkan dengan bila hal

¹⁰ John W. Santrock, *Perkembangan Remaja*, Ter. Shinto B. Adelar, (Jakarta: Erlangga, 2003)

tersebut dialami oleh kaum perempuan. Memang, pengekspresian dorongan seksual pada kaum perempuan tidak terlalu jelas bentuknya, sebab biasanya dialihkan ke hal-hal lain. Namun bila dorongan ini ingin tersalurkan, maka hal tersebut dilakukan berdasarkan atas adanya ikatan emosional yang dalam. Sedangkan bagi laki-laki, ikatan emosional dengan pasangan bukan merupakan landasan utama.

2. Makna Perilaku Seksual Bagi Kehidupan Remaja.

Sebagian ahli mempertanyakan alasan keterlibatan remaja dalam berbagai perilaku seksual yang membuatnya terjebak pada risiko yang berkaitan dengan aspek sosial, emosional, maupun kesehatan. Turner dan Feldman¹¹ (menemukan bahwa alasan yang melandasi perilaku remaja adalah berkaitan dengan upaya-upaya untuk pembuktian perkembangan identitas diri; belajar menyelami anatomi lawan jenis, menguji kejantanan, menikmati perasaan dominan, pelampiasan kemarahan (terhadap seseorang), peningkatan harga diri, mengatasi depresi, menikmati perasaan berhasil menaklukkan lawan jenis, menyenangkan pasangan, dan mengatasi rasa kesepian.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pemahaman remaja mengenai dampak personal dan interpersonal dari perilaku seksual yang dilakukan tampaknya tidak menjadi bahan pertimbangan.

3. Minat Remaja Seputar Masalah Seksual.

Satu stereotip yang menonjol pada remaja adalah mereka sangat berminat bila membicarakan, mempelajari, atau mengamati hal-hal yang berkaitan dengan masalah seksual. Ada lima topik yang diminati remaja dalam upaya memenuhi rasa ingin tahunya mengenai masalah seksual, yaitu pembicaraan tentang proses hubungan seksual, pacaran, kontrol kelahiran, cinta dan perkawinan serta penyakit seksual.

¹¹ Ibid

Kebanyakan remaja beranggapan bahwa proses hubungan seksual itu adalah faktor yang bersifat independen, tidak terkait dengan penyakit seksual atau kehamilan. Dengan sifat "egocentrisme" yang masih dimiliki membuat remaja berfikir bahwa terjadinya penyakit seksual atau kehamilan itu tidak terjadi pada "ku" (remaja), tetapi hal tersebut terjadi pada orang lain.

4. Sikap Terhadap Perilaku Seksual.

Ada pergeseran nilai mengenai hubungan seksual sebelum menikah. Hal ini utamanya terjadi pada kaum perempuan. Bila sebelumnya ada anggapan bahwa hubungan seksual hanya dilakukan jika ada hubungan emosional yang dalam dengan lawan jenis, namun saat ini kondisi tersebut telah berubah. Hasil penelitian Shali dan Zeinik (Dusek, 1996) menunjukkan bahwa 79,1% kaum perempuan (usia antara 15-19 tahun) setuju dilakukannya hubungan seksual walaupun tidak ada rencana untuk menikah; 54,7% setuju hanya bila ada rencana menikah; dan 10,7% tidak setuju adanya hubungan seksual sebelum menikah.

Namun demikian, perilaku seksual remaja sebenarnya tidak hanya terbatas pada jenis hubungan seksual sebelum menikah, tetapi perilaku seksual yang lain, misalnya petting (90% remaja terlibat pada "light" petting, 80% remaja terlibat pada "heavy" petting); dan masturbasi, menunjukkan frekuensi yang tinggi pula.

Fenomena Seks Bebas di Kalangan Remaja

Berdasarkan studi penelitian di berbagai kota besar di Indonesia, sekitar 20 hingga 30 persen remaja mengaku pernah melakukan hubungan seks. Celakanya, perilaku seks bebas tersebut berlanjut hingga menginjak ke jenjang perkawinan. Ancaman pola hidup seks bebas di kalangan anak remaja secara umum baik di pondokan atau kos-kosan tampaknya berkembang semakin serius. Mungkinkah karena longgarnya kontrol pada mereka?

Pakar seks yang juga spesialis Obstetri dan Ginekologi Dr. Boyke Dian Nugraha¹² di Jakarta mengungkapkan, dari tahun ke tahun data remaja yang melakukan hubungan seks bebas semakin meningkat. Dari sekitar lima persen pada tahun 1980-an, menjadi dua puluh persen pada tahun 2000.

Kisaran angka tersebut, kata Boyke, dikumpulkan dari berbagai penelitian di beberapa kota besar di Indonesia, seperti Jakarta, Surabaya, Palu dan Banjarmasin. Bahkan di Palu, Sulawesi Tenggara, pada tahun 2000 lalu tercatat remaja yang pernah melakukan hubungan seks pranikah mencapai 29,9 persen.

Tingginya angka hubungan seks pranikah di kalangan remaja erat kaitannya dengan meningkatnya jumlah aborsi, serta kurangnya pengetahuan remaja akan reproduksi sehat. Jumlah aborsi tercatat sekitar 2,3 juta, dan 15-20 persen di antaranya dilakukan remaja. Hal ini pula yang menjadikan tingginya angka kematian ibu di Indonesia, menjadikan Indonesia sebagai negara yang angka kematian ibunya tertinggi di seluruh Asia Tenggara.

Dari sisi kesehatan, perilaku seks bebas bisa menimbulkan berbagai gangguan. Di antaranya, terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan. Selain tentunya kecenderungan untuk aborsi, juga menjadi salah satu penyebab munculnya anak-anak yang tidak diinginkan. Keadaan ini juga bisa dijadikan bahan pertanyaan tentang kualitas anak tersebut, apabila ibunya sudah tidak menghendaki.

Seks pranikah, lanjut Boyke, juga bisa meningkatkan risiko kanker mulut rahim. Jika hubungan seks tersebut dilakukan sebelum usia 17 tahun, risiko terkena penyakit tersebut bisa mencapai empat hingga lima kali lipat. Selain itu, seks pranikah akan meningkatkan jumlah kasus penyakit menular seksual, seperti sifilids, GO (gonorrhoe), hingga HIV AIDS.

¹² Boyke dalam *Waspada! Seks Bebas Kalangan Remaja*, KBI Gemari Jakarta, 7 September 2001

Androlog Anita Gunawan mengatakan, kasus GO paling banyak terjadi. Penderita bisa saja tidak mengalami keluhan. Tapi, hal itu justru semakin meningkatkan penyebaran penyakit tersebut.

Anita menggolongkan penyakit GO tersebut ke dalam subklinis, kronis, dan akut. Subklinis dan kronis, kata Anita, tidak menimbulkan gejala serta keluhan pada penderita. Sedangkan GO akut akan menampilkan gejala, seperti sulit buang air kecil atau sakit pada ujung kemaluan. “Pada pria biasanya menampilkan gejala. Berbeda dengan wanita, seringkali tidak menampilkan gejala yang jelas. Paling-paling hanya timbul keputihan atau anyang-anyangan,” ujarnya.

Bagaimana dengan GO yang sudah parah? Dr. Boyke Dian Nugraha menjelaskan, untuk GO yang sudah parah dapat menyebabkan hilangnya kesuburan, baik pada pria maupun wanita. Saluran sperma atau indung telur menjadi tersumbat oleh kuman GO. Di sisi lain, Boyke menambahkan, perilaku seks bebas ini bisa berlanjut hingga menginjak perkawinan. Tercatat sekitar 90 dari 121 masalah seks yang masuk ke Klinik Pasutri (pasangan suami istri) pada tahun 2000 lalu, dialami orang-orang yang pernah melakukan hubungan pranikah (*pre marital*).

Masalah seks dengan pasangannya justru dijadikan legitimasi untuk melakukan seks bebas. Bahkan, saat ini, seks bebas sudah menjadi bagian dari budaya bisnis. Faktor yang melatarbelakangi hal ini, ujar Boyke, antara lain disebabkan berkurangnya pemahaman nilai-nilai agama. Selain itu, juga disebabkan belum adanya pendidikan seks secara formal di sekolah-sekolah. Selain itu, juga maraknya penyebaran gambar serta VCD porno.

Budaya Seks Bebas di Amerika Serikat

Sebagian besar remaja Amerika aktif secara seksual, dan aktivitas seksual mereka meningkat selama tahun 1980-an. Kurang lebih setengah dari jumlah remaja masa kini telah melakukan hubungan seksual

pada usia 18 tahun¹³. (Santrock : 403). Tingkah laku seksual remaja biasanya sifatnya meningkat atau progresif. Biasanya diawali dengan necking (berciuman sampai ke daerah dada), kemudian diikuti oleh petting (saling menempelkan alat kelamin). Kemudian melakukan hubungan intim, atau pada beberapa kasus, melakukan seks oral. Remaja Afrika Amerika cenderung melakukan hubungan intim pada usia yang lebih muda dan tidak menghabiskan banyak waktu untuk melakukan necking, petting dan kontak genital sebelum melakukan hubungan seks¹⁴. (Santrock: 401).

Ada beberapa alasan mengapa mereka melakukan hubungan seksual di kala remaja. Remaja perempuan belajar mengaitkan hubungan seks dengan cinta. Mereka sering merasionalisasi tingkah laku seksual mereka dengan mengatakan pada diri mereka sendiri bahwa mereka terhanyut cinta. Sejumlah penelitian menemukan bahwa remaja perempuan lebih daripada remaja laki-laki , mengatakan bahwa alasan utama mereka aktif secara seksual atau melakukan hubungan seksual dengan pasangan yang akan dinikahinya adalah karena jatuh cinta (Cassell, 1984). Alasan lainnya, karena didorong oleh kekasih, mencoba-coba siapa tahu seks adalah cara memperoleh kekasih, keingintahuan, dan keinginan seksual yang tidak berhubungan dengan mencintai dan menyayangi.

Santrock¹⁵ (2003: 404), minum-minuman, penggunaan obat terlarang dan tingkah laku membolos, berhubungan dengan aktivitas seksual. Mereka yang terbiasa dengan kebiasaan ini dipandang rawan cenderung pada tingkah laku seksual yang tidak bertanggung jawab. Mereka tidak merasa berarti, tidak memiliki kesempatan memadai untuk belajar dan

¹³ John W. Santrock, *Perkembangan Remaja*, Ter. Shinto B. Adelar, (Jakarta: Erlangga, 2003), h. 403.

¹⁴ Ibid, h. 401

¹⁵ Ibid, h. 404.

bekerja, dan merasa memiliki kebutuhan untuk membuktikan sesuatu pada dirinya sendiri dengan seks.

Santrock¹⁶(2003: 405), gambaran diri negative juga berhubungan dengan melakukan hubungan seks karena kurang menghargai diri mereka sendiri. Beberapa remaja perempuan didorong untuk percaya bahwa seks adalah salah satu dari sedikit cara yang dapat membuat mereka menghargai diri mereka sendiri. Namun demikian, menggunakan cara seks dengan cara seperti ini akan mengakibatkan munculnya eksploitasi dan justru semakin meningkatnya perasaan tidak berarti.

Seks Bebas sebagai Cermin Kenakalan Remaja

Tampaknya ada perubahan yang bersifat revolusioner melihat perkembangan perilaku seksual yang dialami oleh remaja masa kini. Betapa tidak, hasil polling di beberapa media massa menunjukkan adanya kecenderungan sikap permisif remaja terhadap perilaku seks bebas atau perilaku seks di luar nikah. Sedangkan diketahui bahwa pola-pola perilaku tersebut sebetulnya merupakan suatu larangan yang ditetapkan secara normatif dan menjadi pegangan bagi sebagian masyarakat.

Maraknya seks bebas di kalangan remaja membuat banyak pihak sangat prihatin. Salah satunya adalah Ketua Yayasan Sayap Ibu Daerah Istimewa Yogyakarta Ny Hj Ciptaningsih Utaryo. Peralunya, kata dia, hal itu akan menimbulkan masalah baru bukan hanya bagi wanita remaja itu sendiri, tapi juga pada anak-anak yang akan dilahirkan. Terlebih anak yang lahir tersebut merupakan anak yang tidak dikehendaki, sehingga ada kecenderungan akan diterlantarkan orang tuanya. Ditambahkannya, munculnya perilaku seks bebas di kalangan remaja yang marak belakangan ini tidak terlepas dari pengaruh era globalisasi, serta berkaitan erat dengan penggunaan Napza (narkotika,

¹⁶ Ibid, h. 405.

psikotropika dan zat adiktif lainnya) atau di Daerah Istimewa Yogyakarta di sebut madat.

Jensen (dalam Sarwono, 2002) membagi kenakalan remaja menjadi empat bentuk yaitu:

- a. Kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain:perkelahian,perkosaan,perampokan, pembunuhan, dan lain- lain.
- b. Kenakalan yang menimbulkan korban materi: perusakan, pencurian,pencopetan, pemerasan dan lain- lain.
- c. Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak orang lain:pelacuran, penyalahgunaan obat, hubungan seks bebas.
- d.Kenakalan yang melawan status, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, minggat dari rumah, membantah perintah.

Secara umum seks bebas termasuk kategori perilaku nakal. Menurut AsianBrain, perilaku 'nakal' remaja bisa disebabkan oleh faktor dari remaja itu sendiri (internal) maupun faktor dari luar (eksternal). Yang dimaksud factor internal antara lain mencakup: (1) *Krisis identitas*. Perubahan biologis dan sosiologis pada diri remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi. *Pertama*, terbentuknya perasaan akan konsistensi dalam kehidupannya. *Kedua*, tercapainya identitas peran. Kenakalan ramaja terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua. (2)*kontrol diri yang lemah* Remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'. Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya. ([www. AsianBrain.com](http://www.AsianBrain.com)).

Menurut Boyke, sekuat-kuatnya mental seorang remaja untuk tidak tergoda pola hidup seks bebas, kalau terus menerus mengalami godaan dan dalam kondisi sangat bebas dari kontrol, tentu suatu saat akan tergoda pula untuk melakukannya. Godaan semacam itu terasa

lebih berat lagi bagi remaja yang memang benteng mental dan keagamaannya tidak begitu kuat”.

Isyarat Al-Quran tentang seks

Al-Quran menjelaskan bahwa, Allah melarang manusia untuk melakukan hubungan seks tanpa adanya ikatan pernikahan atau perzinahan, karena berbagai alasan diantaranya, perbuatan zina adalah perbuatan keji yang dilaknat Allah, disamping itu juga merupakan perbuatan yang tidak sesuai dengan tradisi atau kebiasaan masyarakat, yaitu sopan santun. Dalam Q.S. Al-Isra ayat 32, berbunyi: *“Dan janganlah kamu sekali-kali melakukan perzinahan, sesungguhnya perzinahan itu merupakan suatu perbuatan yang keji, tidak sopan dan jalan yang buruk”*. Sedangkan sanksi bagi yang melanggar etika pergaulan lain jenis atau berbuat zina yang tidak ada ikatan pernikahan itu dijelaskan dalam Q.S. An-Nur ayat 2 bahwa, *“Perempuan dan laki-laki yang berzina, deralah kedua-duanya, masing-masing seratus kali dera. Janganlah sayang kepada keduanya dalam menjalankan hukum agama Allah, kalau kamu betul-betul beriman kepada Allah dan hari kemudian, dan hendaknya hukuman bagi keduanya itu disaksikan oleh sekumpulan orang-orang yang beriman”*. Kemudian dalam Al-Quran surat An-Nur ayat 30-31, bahwa Allah berfirman: *“Katakanlah kepada laki-laki yang beriman: Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya. Yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat, Dan katakanlah kepada wanita yang beriman: Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya...”*. Maka jelaslah bahwa aturan yang berhubungan dengan masalah ini akan menjadi bentuk norma etika kesusilaan dan menjadi acuan hukum dalam sosial.

Pendapat Ulama tentang Seksual

1. Pendapat Ulama Fiqih

Di dalam ilmu fiqh masalah hubungan laki-laki dan perempuan dilandasi oleh dalil Al-Quran yaitu dengan diciptakannya manusia berpasang-pasangan, sehingga ini menjadi landasan adanya perkawinan. Perkawinan adalah suatu cara yang dipilih Allah sebagai jalan bagi manusia untuk beranak, berkembang biak dan kelestarian hidupnya¹⁷.(Sayyid Sabiq, 1987: 9)

Adanya perkawinan menunjukkan bahwa derajat manusia lebih tinggi dibanding makhluk lain, yang dalam mengembangbiakan keturunannya hanya dilandasi nalurinya. Dalam perkawinan hubungan laki-laki dengan perempuan diatur secara terhormat dalam suasana silaturahmi yang penuh keakraban, upacara ijab qabul - akad nikah sebagai simbol sakralnya upacara perkawinan, dan adanya wali dan saksi sebagai bentuk adanya hubungan sosial. Perkawinan memberikan jalan yang aman pada kebutuhan dasar manusia (biologis), serta memelihara keturunan dengan baik. Oleh sebab itu Islam membatalkan bentuk tukar menukar istri, model perkawinan zaman jahiliyah atau pergundikan.

Di dalam perkawinan itu terdapat beberapa proses sebelumnya, yang merupakan tahapan bagaimana penyaluran naluri biologis (seks) yang benar, diantaranya memilih calon suami atau istri yang memenuhi syarat, sehingga memilih pasangan lihatlah keturunannya, rupanya, materinya, dan agamanya. Kemudian dalam tahapan meminang adalah meminta kepada seorang perempuan untuk menjadi istrinya. Secara resmi dalam meminang, seorang laki-laki berhak untuk melihat perempuan yang dipinangnya, seperti wajahnya, tangannya, dan yang menjadi daya tariknya,

¹⁷ Sayyid Sabiq dalam Dadan Suherdiana

serta diperbolehkan bertanya tentang sifat-sifatnya atau tabiat¹⁸.(Sayid Sabiq: 42)

Dalam Islam hubungan laki-laki dengan perempuan yang bukan muhrimnya haruslah didasari dengan tujuan-tujuan yang disyariatkan agama, dan melarang untuk bercampur diantara mereka (sentuhan, cumbuan, dan hubungan seks pra nikah). Pertunanganpun belum berarti sebuah perkawinan, karena hanya sebuah ikatan sosial, maka dilarang menyendiri dengan tunangannya, dikhawatirkan akan terjadi perbuatan zina.

2. Pendapat Ulama Tasawuf

Dalam ilmu akhlak dan Tasawuf terdapat cara-cara atau adab tertentu yang dipakai dalam hubungan manusia dengan yang lainnya. Misalnya adab seorang anak pada orang tuanya, adab pada tetangga, adab pada istrinya atau suaminya, dan adab kehidupan sehari-hari termasuk dalam masalah adab ketika melakukan hubungan seks.

Banyak tokoh ulama tasawuf yang memperhatikan masalah kehidupan seks manusia seperti, Ibnu Qayyim Al-Jauzy, Abu Hamid Al-Ghazali dan lainnya. Dalam Islam, gairah seksual pada dasarnya dikuasakan pada manusia, supaya manusia mengetahui kenikmatannya dan membandingkan dengan kenikmatan akhirat, dan melestarikan keturunan¹⁹.(Mahmud Mahdi Al-OIstambuli, 2000: XI)

Fase-fase adab atau pengetahuan manusia tentang seksual itu diatur dalam beberapa etika seperti, adab melihat muhrim baik karena pertalian darah (ibu, anak, saudara, saudara bapak, saudara ibu, anak dari saudara laki-laki, anak dari saudara perempuan), ataupun muhrim karena perkawinan (istri ayah, istri anak, ibu istri, dan anak dari istri), dan muhrim karena sepersusuan. Kaum laki-laki dapat memandang bagian

¹⁸ Ibid

¹⁹ Dalam Dadan Suherdiana,

Jurnal Ilmu Dakwah Vol. 4 No. 15 Januari-Juni 2010

tubuh muhrim perempuan baik yang biasa tanpa maupun yang tidak. Kecuali bagian perut, punggung, paha, maka hukumnya haram. Sedangkan pandangan terhadap selain muhrim dibatasi dengan batasan aurat, dimana aurat laki-laki dibatasi antara pusar dan lutut, sedangkan perempuan seluruh tubuhnya kecuali wajah dan kedua telapak tangan²⁰. (Abdullah Nasih 'Ulwan, 1999: 7).

Rangsangan seksual perlu dihindari pada remaja bertujuan agar tidak rusak dalam segi akhlaknya, karena secara naluri pada usia remaja telah dapat membedakan antara perempuan yang satu dengan yang lainnya dalam hal kecantikannya, dan daya rangsangannya akan muncul apabila terus menerus terangsang akibatnya diri remaja akan mencoba-coba untuk melakukannya. Sedangkan pengaruh seks remaja dari luar dirinya, reaksi muncul ketika mereka berada pada tempat-tempat yang stimulusnya dipandang menggugah tingkat libidonya, seperti di tempat dan sarana hiburan (bioskop, diskotik, mol, dan tempat hiburan lainnya), mode pakaian, prostitusi, pornografi, pergaulan bebas yang mengarah kepada seks bebas dikalangan remaja.

Bahaya dan Dampak Negatif Perilaku Seks Bebas

Masalah pergaulan seks bebas pada remaja, jika tidak cepat dicegah dan ditanggulangi maka khawatir ini akan menjadi bagian dalam hidupnya, dalam arti bahwa pergaulan bebas akan dianggap sebagai sesuatu yang biasa atau wajar terjadi dalam setiap kehidupan remaja dan masyarakatnya. Padahal kondisi ini dapat berpengaruh dalam kehidupan selanjutnya dimana kebiasaan seperti itu apalagi yang mengarah pada tindakan kriminal sudah terinternalisasi dalam diri remaja. Ketika remaja menjadi dewasa kebiasaan ini akan dibawanya, karena lemahnya kontrol dari orang tua atau keluarga maupun masyarakat. Bahwa perilaku tersebut secara tidak langsung dilegitimasi oleh keluarga

²⁰ Ibid

maupun masyarakatnya sebagai sesuatu yang wajar adanya. Konsep anomie yang diterjemahkan sebagai 'ketiadaan norma' guna menggambarkan sebuah masyarakat yang memiliki banyak norma dan nilai yang satu sama lain saling bertentangan. Tidak terdapat seperangkat norma atau nilai yang dipatuhi secara teguh dan diterima secara luas yang mampu mengikat masyarakat (Paul B. Horton: 197). Jadi masyarakat atau individu yang anomie adalah yang tidak mempunyai pedoman nilai atau norma yang mantap untuk bisa dipelajari dan sebagai pegangan bagi individu atau masyarakat dalam bersikap dan berperilaku. Bahwa anomie juga disebabkan oleh adanya ketidakharmonisan antara tujuan budaya dengan cara-cara formal untuk mencapai tujuan tersebut. Perilaku menyimpang ini karena orang mempunyai sedikit atau bahkan tidak beraksesi untuk mencapai tujuan budaya dimana hal itu menjadi haknya (Paul B. Horton: 32). Remaja yang sedang mencari dan membentuk konsep dirinya senantiasa melihat model peranan yang ada disekelilingnya dan dijadikan acuan dalam perilakunya. Belajar sosial dengan kajian yang lebih ekstensif memberikan suatu model response agresif yang dapat diperoleh baik melalui observasi model-model agresif maupun melalui pengalaman langsung. Adapun pembuatan model berasal dari nilai sosial keluarga dan nilai sosial guru serta sub-kultur.

Beberapa dampak perbuatan seks bebas yang umumnya banyak melanda pada kalangan remaja antara lain: kehamilan di luar nikah, terserang virus HIV AIDS, tercerabut Keberkahan Hidup, dikucilkan Masyarakat dan melukai perasaan kedua orang tua, melanggar larangan agama, budaya dan etika kemanusiaan yang beradab, meruksak masa depan dan pencapaian cita-cita yang mulia.

Hubungan antara Kecenderungan Seks Bebas dengan Kemampuan Kontrol Diri Remaja

Secara umum seks bebas termasuk kategori perilaku nakal. Menurut AsianBrain²¹, perilaku 'nakal' remaja bisa disebabkan oleh faktor dari remaja itu sendiri (internal) maupun faktor dari luar (eksternal). Yang dimaksud factor internal antara lain mencakup: (1) *Krisis identitas*. Perubahan biologis dan sosiologis pada diri remaja memungkinkan terjadinya dua bentuk integrasi. *Pertama*, terbentuknya perasaan akan konsistensi dalam kehidupannya. *Kedua*, tercapainya identitas peran. [Kenakalan remaja](#) terjadi karena remaja gagal mencapai masa integrasi kedua. (2) *kontrol diri yang lemah* Remaja yang tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'. Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya. (www. [AsianBrain.com](#)).

Dadang Hawari ²²(2009) perilaku seks bebas terjadi disebabkan karena lepasnya kontrol diri, kondisi ini lebih memungkinkan terlebih kebiasaan remaja untuk melihat tayangan pornografi dan pornoaksi sebagai wujud kemajuan teknologi/media, kebiasaan meminum alkohol, narkotika dan zat adiktif, peniruan terhadap gaya hidup barat yang bebas. Jika umumnya remaja sudah terjerumus pada kebiasaan-kebiasaan buruk seperti itu maka kontrol diri menjadi lepas, jika kontrol diri lepas sebagai akibatnya ketika kaula remaja putera puteri harus saling berhubungan mereka tidak akan sanggup membendung hasrat seksual yang menyertai mereka.

Santrock²³ (2003:523), kenakalan remaja dapat digambarkan sebagai kegagalan remaja mengembangkan kontrol diri yang cukup dalam hal tingkah laku. Remaja yang gagal mengembangkan kontrol diri umumnya tidak

²¹ Ibid

²² Dadang Hawari, Dampak Seks Bebas Bagi Remaja, (Jakarta: , 2008)

²³ Santrock, Op. Cit., h. 523

mampu mengenal perbedaan antara tingkah laku yang dapat diterima dan tingkah laku yang tidak dapat diterima, atau mungkin mereka sebenarnya mengetahui perbedaan antara keduanya namun gagal mengembangkan kontrol yang memadai dalam menggunakan perbedaan itu untuk membimbing tingkah laku mereka.

Kontrol diri yang gagal umumnya ditemui pada remaja pelaku kenakalan yaitu penundaan pemenuhan kebutuhan (*delay of gratification*) dan standar tingkah laku yang ditentukan sendiri. Kegagalan menunda pemenuhan kebutuhan suatu kebutuhan berhubungan dengan tingkah laku curang atau ketiadaan tanggung jawab sosial (Mischel dan Gilligan, 1964 dalam Santrock: 524).

Standar tingkah laku sebagai salah satu factor penguat kontrol diri mengacu kepada standar kritis atau pikiran kritis remaja pada diri sendiri untuk bisa menghambat kecenderungan melakukan tindakan yang melanggar hukum. Standar kritis ini biasanya terbentuk karena pengalaman interaksi baik dengan orang tuanya, guru maupun teman sebayanya. Remaja yang memiliki model teman sebaya yang menyetujui atau melakukan tingkah laku antisosial mungkin akan meniru tingkah laku modelnya. (h. 524)

Hasil penelitian yang dilakukan baru-baru ini Santrock (1996) menunjukkan bahwa ternyata kontrol diri mempunyai peranan penting dalam kenakalan remaja. Pola asuh orangtua yang efektif di masa kanak-kanak (penerapan strategi yang konsisten, berpusat pada anak dan tidak aversif) berhubungan dengan dicapainya pengaturan diri oleh anak. Selanjutnya, dengan memiliki ketrampilan ini sebagai atribut internal akan berpengaruh pada menurunnya tingkat kenakalan remaja.

Faktor-faktor yang menyebabkan Rendahnya Kemampuan Kontrol Diri Remaja terhadap Kecenderungan Seks Bebas

1. Kebiasaan melihat Tayangan Pornografi dan pornoaksi

Hilton sebagaimana dikutip Rakyat Merdeka 18 Maret 2009, bahwa pada orang yang kecanduan kesenangan tertentu seperti kecanduan pada pornografi, hormonnya akan terpakai terus menerus dan pada akhirnya jumlahnya menjadi sangat sedikit. Pada waktu yang bersamaan sel otak yang memproduksi dopamine menjadi mengecil, akibatnya sel itu mengerut dan tidak bisa berfungsi secara normal. Gangguan tersebut membuat neurotransmitter (sinyal penghantar saraf) atau pengirim pesan kimiawi pada otak menjadi terganggu. Orang makin tidak bisa menguasai diri, dan terus berupaya mendapatkan kepuasan berulang-ulang, intensitasnyapun makin meningkat. Kasus pornografi makin semarak di berbadagi negara. Dampak pornografi dan pornoaksi mengakibatkan pergaulan bebas semakin marak dan penyakit kelamin HIV/AIDS semakin tersebar²⁴.

Pornografi dan pornoaksi merupakan salah satu faktor provokator perzinahan (seks bebas, perselingkuhan dan pelacuran). Pornografi dan pornoaksi akan mendekatkan seseorang pada perzinahan. Dari segi psikologi atau kejiwaan pornografi dan pornoaksi dapat berakibat pada melemahnya fungsi pengendalian diri (self control) terutama terhadap naluri agresivitas seksual²⁵.

Hasil survey Komisi Nasional Perlindungan Anak sebagaimana dikutip dari Koran Rakyat Merdeka (18 Maret 2009) terhadap 4.500 remaja di kota besar di Indonesia tahun 2007 menunjukkan, sebanyak 97% dari responden pernah menonton film porno, sebanyak 93,7%

²⁴ Dadang Hawari, Op. Cit., h.27

²⁵ Ibid, h.18

pernah ciuman. 62,7% remaja yang di bangku sekolah menengah pertama pernah berhubungan intim, dan 21,2% siswi sekolah menengah umum pernah menggugurkan kandungan.

Ketua pelaksana Yayasan Kita dan Buah Hati Elly Risman menambahkan, dalam pertemuan Konselor Remaja Yayasan Kita dan Buah Hati dengan 1.625 siswa kelas IV-VI sekolah dasar wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi tahun 2008 terungkap 66% dari mereka telah menyaksikan materi pornografi lewat berbagai media. Sebanyak 24% diantaranya lewat komik, 18% melalui games, 16% melalui situs porno dan sisanya melalui VCD dan DVD, telepon seluler, majalah dan Koran. Mereka umumnya menyaksikan materi pornografi itu karena iseng (27%), terbawa teman (10%), dan takut dibilang kuper (4%). Ternyata anak-anak itu melihat materi pornografi di rumah atau kamar pribadi (36%), rumah teman (12%), warung internet (18%) dan rental (3%). Kalau dijumlahkan, yang melihatnya di kamar pribadi dan di rumah teman berarti satu dari dua anak melihatnya di rumah sendiri. (Dadang Hawari, 2009: 21)

2. Kebiasaan mengkonsumsi NAZA (Narkotika, Alkohol dan Zat Adiktif)

Seperti halnya dengan pornografi dan pornoaksi, maka orang yang mengkonsumsi NAZA juga akan mengalami lemahnya fungsi kontrol diri. Dadang Hawari (2000) dalam bukunya *Penyalahgunaan dan Ketergantungan NAZA*, menyebutkan bahwa pengguna NAZA akan mengalami gangguan mental dan perilaku antara lain yang semula dalam bergaul menjaga etika moral menjadi lepas kendali, bergaul bebas dan melakukan hubungan seks di luar nikah yang berakibat kehamilan, aborsi dan penyakit HIV/AIDS.

Santrock²⁶, minum-minuman, penggunaan obat terlarang dan tingkah laku membolos, berhubungan dengan aktivitas social. Mereka yang terbiasa dengan

²⁶ Ibid, h. 404.

kebiasaan ini dipandang rawan cenderung pada tingkah laku seksual yang tidak bertanggung jawab. Mereka tidak merasa berarti, tidak memiliki kesempatan memadai untuk belajar dan bekerja, dan merasa memiliki kebutuhan untuk membuktikan sesuatu pada dirinya sendiri dengan seks.

3. Terseret Arus Globalisasi Pola dan Gaya Hidup Hedonistik

Pola dan gaya hidup terutama seperti yang terjadi di Barat (*Western way of life*) sebagai konsekuensi modernisasi, industrialisasi, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi serta sekularisasi, telah menyebabkan perubahan-perubahan nilai kehidupan yang cenderung mengakibatkan nilai-nilai moral etik agama dalam kehidupan sehari-hari, termasuk nilai-nilai hubungan seksual antar individu. Pola hubungan seksual bebas (*free sex*) telah merasuk masyarakat Amerika, dan kelompok remaja yang paling beresiko tinggi untuk itu.

Menurut Diclemente (1989) sekedar contoh pemudaran nilai-nilai etik agama dan kebebasan seksual terjadi dari beberapa Negara maju seperti di Amerika Serikat telah menyebabkan tujuh dari 10 perempuan dan 8 dari 10 laki-laki telah melakukan hubungan seksual sebelum berumur 20 tahun. Kemudian satu dari 6 pelajar perempuan yang aktif bergaul seks bebas (*sexually active*) paling sedikit telah berganti-ganti pasangan dengan 4 laki-laki yang berbeda²⁷.

Contoh lain seperti diungkapkan dari Koran Tempo (2 April 2009) adalah pergaulan bebas di Selandia Baru, sebuah hasil penelitian mengungkapkan seorang gadis rata-rata telah melakukan seks bebas dengan 20 pria. Koran itu menyebutkan, Jaringan televisi Selandia Baru, TVNZ, melansir sebuah hasil investigasi yang digelar raksasa industri pembuat kondom, Durex. Menurut hasil riset itu, seorang perempuan di sana

²⁷ Ibid, h. 31

memiliki 20 partner bercinta- dua kali lipat daripada di Australia dan Inggris.

4. Faktor Lemahnya Suara Hati

Perilaku seksual bebas merupakan gambaran kepribadian, sedangkan kepribadian seseorang akan sangat tergantung pada seberapa kuat pola pikir, pola sikap dan tindakannya ketika berhadapan dengan sejumlah stimulus yang dijumpainya. Kepribadian akan sangat menentukan warna dan corak respon/ perilaku yang akan ditampilkan.

Stimulus dalam konteks kecenderungan seks bebas terdiri atas internal dan eksternal. Secara internal dorongan penyaluran hasrat biologis mulai muncul pada remaja. Dorongan ini menurut Sigmund Freud disebut libido sexuality atau syahwat yang mendorong pada kenikmatan dan kelezatan. Pada usia remaja umumnya pernah merasakan dan mengalami kenikmatan seksual ini, baik tanpa disengaja melalui mimpi maupun merasakannya dengan jalan menghayal (masturbasi), dan ada juga yang secara bebas merasakannya dengan lawan jenis.

Respon terhadap stimulus sangat tergantung kepada kualitas kepribadian seseorang, dalam istilah Freud dorongan libido terimbangi oleh daya pengendali yang disebut suara hati. Adanya daya pengendali karena sifat dari dorongan kelezatan yang liar, buas, kurang sabaran, tergesa-gesa, dan menginginkan pemenuhan segera. Dorongan pengendalian diri lahir bersamaan dengan dorongan kelezatan yang muncul.

Secara lengkap dalam teori psikoanalisis disebutkan bahwa struktur kepribadian manusia dibangun atas id, ego dan super ego, dan kepribadian manusia sangat ditentukan oleh ketiga komponen itu. **Id** merupakan komponen kepribadian yang berusaha memenuhi kepuasan instink, berorientasi pada prinsip kesenangan (*pleasure principle*), merupakan dorongan-dorongan biologis (makan, minum, tidur, bersetubuh, dan lain-lain). **Super ego** merupakan komponen moral

kepribadian yang terkait dengan standar atau norma masyarakat mengenai baik dan buruk, benar dan salah. Super ego berfungsi merintangai dorongan-dorongan id terutama dorongan seksual dan agresif, mendorong ego menggantikan tujuan-tujuan realistic dengan tujuan-tujuan moralistic, dan mengejar kesempurnaan. **Ego** merupakan manajer, eksekutif yang membuat keputusan tentang dorongan mana yang akan dipuaskan. Ego bisa menjadi mediasi antara id dan super ego²⁸. (Syamsu Yusuf dan Juntika Nurihsan, 2007: 43-45).

Intensitas kecenderungan seks bebas bisa meninggi dan juga bisa menurun, intensitas kecenderungan seks bebas menjadi tinggi (atau bahkan sangat tinggi) karena imfuls-imfuls kelezatan juga meninggi. Secara teoritik impuls-impuls kelezatan meninggi disebabkan karena pikiran-pikiran, ingatan dan pengetahuan mendukung pada terlampiaskannya dorongan kelezatan, pikiran-pikiran itu seperti: cara pandang dan persepsi yang membenarkan terhadap perilaku seks bebas, perasaan-perasaan nikmat/ lezat yang pernah dialami, atau kebiasaan yang bisa membangkitkan hasrat birahi serta dukungan lingkungan pergaulan.

Kondisi itu menjadi lebih nyata lagi sehubungan dengan subjeknya kalangan remaja. Dalam usia remaja seseorang mengalami perubahan fisik secara seksual. Namun pengertian seksual tidak terbatas pada masalah fisik saja, tetapi juga menyangkut segi psikis dan sosial. Menurut Kelley (Byrne dalam Siregar, 1993:115) menguraikan bahwa; “individu mempelajari respons emosional terhadap isyarat seksual ketika masih sangat muda, dan respons emosional tersebut tetap berpengaruh ketika mereka memasuki masa remaja”. Hal ini nampak dari rasa ingin tahu yang tinggi dalam masalah seks dan dorongan untuk mendapatkan kasih sayang dari lawan jenis. Dorongan itu melahirkan

²⁸ Syamsu Yusuf dan Juntika, *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: Rosda Karya, 2007), h.43-45.

perilaku seksual yang menurut Sarlito²⁹ (1991) adalah : “segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual. Bentuknya bisa bermacam-macam, mulai dari perasaan tertarik sampai berkencan, bercumbu, dan bersenggama”.

Sebaliknya intensitas kecenderungan seks bebas menjadi tidak terlalu tinggi (sedang atau bahkan rendah) karena impuls-impuls yang memberikan daya pengendalian (*super ego*) juga meninggi. Secara teoritik dorongan yang memberikan daya pengendalian diri disebabkan karena beberapa kondisi seperti cara pandang tentang moralitas seks bebas, pemahaman etika seksual, etika berhubungan dengan lawan jenis, dan kemampuan pengendalian itu sendiri.

Terjadinya perilaku seks bebas disebabkan karena kemampuan kendali diri yang rendah atau secara umum karena kepemilikan kecerdasan moral yang rendah (*the lack of moral intelligence*). Sebaliknya dengan kecerdasan moral yang tinggi berbagai perilaku a moral termasuk perilaku seks bebas akan dapat dikendalikan.

Membanjirnya informasi mengenai hal-hal yang berkaitan dengan perilaku seksual baik yang tersalurkan melalui media cetak atau elektronik, sedikit banyak memberikan pengaruh terhadap terjadinya perubahan perilaku seksual pada remaja. Terlebih terbukanya kesempatan kerja bagi kedua orang tua untuk meningkatkan penghasilan di bursa tenaga kerja, dan longgarnya jalinan hubungan kekerabatan dengan masyarakat sekitar, semakin mengurangi kemampuan kontrol diri remaja dalam mengekspresikan dorongan seksualnya. Maka dari itu tampaknya perlu adanya pembicaraan yang bersifat interdisipliner agar dampak-dampak negatif dari pola perilaku seksual remaja dapat diantisipasi sedini mungkin.

²⁹ Sarlito

Faktor-faktor yang bisa meningkatkan Kemampuan Kontrol Diri Remaja terhadap Kecenderungan Seks Bebas

Versi Barat, faktor-faktor itu terbatas pada situasi yang membawa pada perilaku seksual yang aman, tidak menularkan penyakit dan mencegah kehamilan atau disebut juga pengetahuan tentang akibat-akibat perbuatan.

Dalam konteks budaya Indonesia yang religious dan menjunjung tinggi budaya luhur, maka factor-faktor itu lebih lengkap antara lain: keyakinan dan ketaatan beragama, budaya malu, pengetahuan reproduksi, kesadaran akan arti penting hidup sehat, keterampilan mengatur diri, kemampuan membedakan antara perbuatan yang dapat diterima dan tidak dapat diterima -dalam lingkungan social (Perasan moral/ *conscience*), daya kritis seseorang terhadap perilaku yang dipandang salah (bukan saja mampu membedakan benar-salah), pengetahuan tentang akibat-akibat perbuatan (*control consequences*).

Aplikasi Dakwah dalam Usaha meningkatkan Kemampuan Kendali Diri

1. Mengembangkan pemahaman arti penting kesehatan reproduksi

“Pendidikan Kesehatan Reproduksi di kalangan remaja bukan hanya memberikan pengetahuan tentang organ reproduksi, tetapi bahaya akibat pergaulan bebas, seperti penyakit menular seksual dan sebagainya. Dengan demikian, anak-anak remaja ini bisa terhindar dari percobaan melakukan seks bebas,” imbau Ciptaningsih penuh harap.

Sri Suhandjati Sukri, Ketua Jaringan Pusat Studi Jender Perguruan Tinggi Islam Jawa Tengah, dalam tulisannya *Pendidikan Reproduksi dalam Sekolah*, dipublikasikan oleh Suara Merdeka Perekat Komunitas Jawa Tengah 13 Oktober 2003. Penanaman nilai-nilai luhur yang dapat mengendalikan nafsu yang merusak maka pengetahuan tentang kesehatan reproduksi perlu

diberikan, agar anak mengetahui cara memelihara dan melindungi organ-organ reproduksinya. Terpaan informasi dan penyajian komoditas seks yang vulgar dan menyesatkan perlu diimbangi dengan pemberian pengetahuan tentang seksualitas secara benar.

Pendidikan reproduksi sehat masuk dalam kurikulum, agar anak dapat melewati masa pra produksi (sebelum menikah) itu dengan "selamat dan sehat". Artinya terhindar dari perilaku yang menyimpang dari moral maupun kehidupan seksual yang sehat. Salah satu upaya menghindarkan diri dari penyimpangan seksual itu adalah dengan memberikan pendidikan reproduksi sehat, dalam arti luas yakni sehat dari aspek jasmani, rohani maupun sosial.

Kehidupan seks merupakan suatu kebutuhan manusia dan memiliki arti penting dalam menjaga kelestarian umat manusia di muka bumi ini. Karena itu nafsu seks perlu dikendalikan agar mendatangkan manfaat bagi manusia. Untuk itu, agama telah memberikan tuntutan tentang penyaluran nafsu seks yang sehat yakni melalui perkawinan.

Pendidikan reproduksi harus dimulai sejak dini untuk menjaga naluri seksual anak tumbuh secara sehat, dengan memperkenalkan adanya larangan masuk ke kamar tanpa izin dan mengenal aturan pergaulan dengan lawan jenis, meskipun itu saudaranya. Memperkenalkan perbedaan jenis kelamin dan batas-batas pergaulannya tentu bukan barang yang tabu, menurut norma agama maupun budaya. Demikian pula dengan cara menjaga kesehatan atau melindungi organ-organ reproduksinya ketika anak menginjak remaja, seperti khitan (bagi laki-laki), bersuci dari menstruasi (termasuk membersihkan organ vitalnya), batas-batas pergaulan dengan lawan jenis, akibat pergaulan bebas bagi kesehatan reproduksi. Semua ini merupakan sebagian dari pendidikan reproduksi sehat pra produksi yang diajarkan agama.

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi perlu diintegrasikan dengan ajaran agama. Selain

memuat tuntunan tentang kesehatan reproduksi secara bertahap dan berkesinambungan, nilai agama juga berfungsi sebagai pengendali terjadinya penyimpangan seksual.

Namun ajaran agama yang secara normatif dapat mendukung pendidikan reproduksi sehat itu belum berperan sepenuhnya, karena adanya beberapa hal yang menghambat aktualisasinya. Di antaranya, kurangnya upaya mengintegrasikan pengetahuan agama dengan pengetahuan tentang reproduksi sehat. Ajaran agama sering disampaikan secara terpisah dengan pengetahuan reproduksi dari aspek biologi/medis. Sebaliknya pengetahuan reproduksi dari segi biologi/medis, juga banyak yang disampaikan tanpa mengkaitkan dengan ajaran agama. Cara penyampaian yang terpisah semacam ini, menimbulkan dampak yang dapat mengakibatkan lemahnya kendali anak jika suatu saat dihadapkan pada persoalan dilematis yang dari sisi agama dilarang, namun dari sisi kesehatan dibolehkan. Seperti pemakaian kondom untuk mencegah penyakit menular seksual bagi pasangan yang belum menikah.

Selain itu, metode pengajaran agama yang cenderung verbalistik dan hanya mentransfer pengetahuan menyebabkan menipisnya kepatuhan terhadap ajaran agama. Sehingga anak tidak memiliki kemauan kuat untuk menghindarkan diri dari perilaku seksual yang menyimpang, meskipun ia tahu perbuatan itu dilarang agama.

2. Penanaman nilai-nilai keagamaan

Agus Santoso dalam tulisannya *Menghadapi Masa Pubertas Kaum Remaja*, secara umum, Islam telah memberikan solusi secara preventif, dalam Surat An-Nuur ayat 30 dijelaskan: *“Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman: “Hendaklah mereka menahan pandangannya dan memelihara kemaluannya. Yang demikian itu lebih suci bagi mereka”, sesungguhnya Allah mengetahui apa yang mereka perbuat.”* Dan beberapa ayat dalam surat lainnya

Bimbingan agama sejak dini bisa dijadikan sebagai tindakan preventif agar terbangun benteng yang kokoh pada diri si anak untuk menghalau godaan-godaan nafsu syaithani. Hal ini dapat menghindari terjadinya kesalahan anggapan para remaja terhadap ajaran agama. Tidak akan ada lagi anggapan bahwa agama itu sangat membatasi penyaluran seks mereka atau nilai-nilai agama itu identik dengan larangan-larangan yang sangat menakutkan. Akan tetapi justru sebaliknya, agama akan dianggap sebagai jalan menuju keselamatan, sehingga remaja bisa menahan dan menyalurkan dorongan-dorongannya ke arah yang bermanfaat, seperti giat belajar, berjihad, dll.

Rasulullah SAW pun telah memberikan pelajaran kepada kita bagaimana cara untuk mengatasi atau mengobati penderita penyimpangan seksual ini. Melalui metode dialogis, Rasul SAW memberikan upaya penyembuhan secara tepat dan berhasil. Berikut ini petikan dialog Rasulullah SAW dengan seorang pemuda yang datang menghadap beliau untuk minta izin berbuat zina (melakukan hubungan seks di luar nikah). Karuan saja, para sahabat yang ada di tempat itu mencaci-maki pemuda itu.

Pemuda itu berkata: *“Wahai Rasulullah, izinkanlah aku berzina.”* Rasulullah SAW tidak serta merta membentak dan mencaci pemuda itu sebagaimana orang-orang yang hadir di tempat itu, Rasul SAW yang mulia ini dengan tenang mendekati pemuda itu dan duduk di sampingnya. Kemudian Rasul SAW balik bertanya: *“Apakah engkau ingin hal itu (zina) terjadi pada ibumu?”* Tentu saja si pemuda tadi tersentak kaget seraya menjawab: *“Sekali-kali tidak. Demi Allah yang menjadikan saya sebagai tebusan Tuan.”*

Rasul menimpali: *“Begitu pula orang lain, tidak ingin hal itu terjadi pada ibu mereka.”* Kemudian Rasulullah SAW mengulang lagi pertanyaan serupa sampai tiga kali, dengan menggantiobjek permissalannya, yakni : *bagaimana kalau hal itu terjadi pada saudara*

perempuanmu, saudara perempuan bapakmu, dan terakhir saudara perempuan ibumu.

Dengan berondongan pertanyaan yang bertubi-tubi itu, menjadikan si pemuda semakin yakin bahwa keinginannya itu adalah perbuatan nista dan ia tidak mau memperturutkan hawa nafsunya lagi. Untuk menenangkan hati si pemuda itu, Rasulullah SAW memegang dada si pemuda sambil berdo'a: "Ya Allah, ampunilah dosanya, sucikanlah hatinya dan peliharalah kemaluannya!" Semenjak itu, pemuda tadi menjadi orang yang arif.

Begitulah Guru Besar kita memberikan terapi yang manjur dan sangat membekas di hati seorang pemuda yang meluap-luap dorongan seksualnya.

Ada beberapa hal yang dapat dilakukan agar anak-anak terhindar dari seks bebas. Antara lain:

Pertama, anak remaja agar dijauhkan dari segala sesuatu yang dapat mempengaruhi nafsu syahwatnya. Kedua, hindarkan anak dari kebiasaan melamun atau duduk termenung melambungkan angan-angan negatifnya. Arahkanlah anak terhadap aktivitas-aktivitas positif. Ketiga, pisahkan tempat tidur anak lelaki dan perempuan, agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

Keempat, apabila sudah terlanjur maka bimbinglah untuk bertaubat, mohon ampunan kepada Allah SWT agar dosa-dosanya terhapus dan tidak mengulangi perbuatan nista itu lagi serta kembali ke jalan Allah SWT.

3. Pembudayakan Rasa Malu

Harapannya, rasa malu ini bisa jadi pagar pengaman dari nafsu binatang kita yang kadang liar dan sulit terkendali. Bagaimana rasa bersalah bisa muncul, ini tentunya didasarkan atas beberapa kemungkinan. Sebagaimana dalam ilmu sosial-keagamaan, dalam proses mencari kebenaran kita bisa menyandarkan pada beberapa ukuran. Pertama, didasarkan atas kebenaran yang dipahami sendiri. Kedua, kebenaran yang diyakini

oleh orang banyak. Jika dianalogikan, maka rasa malu bisa tercipta, Pertama, atas dasar pemahaman diri sendiri tentang perasaan bersalah. Kedua, berdasarkan keyakinan suatu masyarakat dalam lokal budaya tertentu. Ini biasanya disebut dengan moral. Ketiga, lahir dari pemahaman atas doktrin ketuhanan.

Bila seorang tidak mempunyai rasa malu, ia akan menjadi keras dan berjalan mengikuti kehendak hawa nafsunya. Tak peduli apakah yang harus menjadi korban adalah mereka yang tak berdosa. Ia rampas harta dari tangan-tangan mereka yang fakir tanpa belas kasihan, hatinya tidak tersentuh oleh kepedihan orang-orang lemah yang menderita. Matanya gelap, pandangannya ganas. Ia tidak tahu kecuali apa yang memuaskan hawa nafsunya. Bila seorang sampai ke tingkat perilaku seperti ini, maka telah terkelupas darinya fitrah agama dan terkikis habis jiwa

Sudah saatnya malu menjadi budaya yang harus selalu dijaga dan dipelihara, baik oleh individu, kelompok, terlebih bangsa ini. Kita sadari betapa tidak berhentinya petaka, bencana, yang melanda bangsa ini mungkin salah satunya diakibatkan oleh hilangnya rasa malu. Ketika pejabat malu berkorupsi, seorang pengusaha merasa malu jika terlambat memberi upah pada karyawannya, artis malu memamerkan aurat, kita malu mengumbar kata-kata kotor maka yang terjadi adalah pembentukan budaya malu yang akan memajukan bangsa ini.

Kenapa memiliki rasa malu itu penting dan harus dibudayakan. Karena dengan rasa malu kita tidak akan lagi menyaksikan tindakan amoral dan kekerasan yang meresahkan masyarakat banyak. Orang-orang akan berkompetisi untuk bersikap sosial yang baik dan mengubur tindakan amoral dengan rapi. Karena itu hal ini perlu dibudayakan. Sebagaimana yang kita ketahui, salah satu pengertian budaya adalah tingkat mutu ekspresi manusia. Dalam perihal mencari penghidupan misalnya, kualitas budaya beberapa orang pejabat dapat

dilihat melalui pola ekspresi atau cara bagaimana mereka mendapatkan penghidupan.

Sebenarnya sebagian bangsa Indonesia secara sadar menyatakan bahwa “malu” merupakan bagian dari budaya bangsa. Berbagai pernyataan dan tulisan di media telah membahas hal tersebut. Namun kiranya kurang arif manakala hanya karena ulah dari suatu pihak atau kelompok “yang tidak tahu malu”, kemudian dikaitkan dengan budaya bangsa secara keseluruhan. Faktor budaya adalah aset bangsa, maka perlu kearifan dalam memahami masalah ini.

Saat kapan untuk menunjukkan rasa malu bagi masing-masing individu adalah sangat relatif tergantung kepada pribadi, waktu, tempat serta konteks permasalahan yang dihadapi oleh orang per orang. Untuk membangun “budaya malu”, fungsi agama dan lembaga pendidikan adalah sangat penting dan ikut menentukan. Apabila sampai pada keadaan bahwa orang sudah tidak punya malu, maka misi agama dan lembaga pendidikan dianggap gagal.

Dekandensi moral sudah sedemikian meluas, dan menghilangnya budaya malu, dan berganti menjadi budaya malu-maluin. Sebagai contoh adanya kebebasan seksual pada generasi muda saat ini, budaya malu harus kembali dikampanyekan. Malu memperlihatkan aurat, malu mengambil hak yang bukan hak pribadinya, malu dan malu. Jadi orang harus diajak untuk memiliki malu kalau melakukan penyimpangan pada bidangnya. Budaya malu adalah benteng terakhir untuk tidak melakukan suatu perbuatan yang melanggar moral, etika, norma dan hukum.

Pada esensinya, kondisi masyarakat sudah banyak berubah hingga hari ini, baik di bidang sosial, ekonomi, pendidikan, maupun kesehatan. Namun segenap perubahan itu masih saja menyisakan sisi gelap yang pada akhirnya kurang memberi manfaat dan merugikan sebagian dari masyarakat. Karena itu yang perlu ditanamkan sebagai landasan untuk melakukan perubahan adalah budaya malu. Bila budaya malu

sudah tertanam maka tatanan kehidupan masyarakat akan beranjak pada budaya kerja. Pada tahap yang paling tinggi, segenap kehidupan masyarakat akan terikat oleh budaya mutu. Pada tahap inilah yang namanya kemakmuran dan kesejahteraan hidup bersama akan bisa terwujud. Rasa malu itu yang kini luntur dalam warna kehidupan bangsa kita, dalam terlalu banyak hal.

Kita saat ini berada di sebuah zaman oleh banyak orang bilang zaman edan. Bahkan sampai bisa dikatakan manusia lebih sesat daripada binatang. Seorang anak membunuh Ibunya, Seorang Ibu yang dengan tega membunuh anaknya walau masih dalam kandungan (Aborsi). Seorang bapak memperkosakan anaknya, Aurat dipertontonkan dengan menggunakan kecanggihan teknologi. Harga diri dijual dijadikan ajang komoditi, perempuan rela telanjang di depan umum demi seni body painting, suami istri melakukan perselingkuhan dengan bangganya, dan lain sebagainya. Rasa Malu sebenarnya merupakan bagian dari iman. Dengan rasa malu tidak akan mendatangkan kecuali kebaikan.

Malu adalah suatu kondisi di mana kita merasa bersalah jika melakukan suatu perbuatan. Karena itu di dalam bahasa Inggris 'ashamed' atau malu diartikan dengan '*troubled by guilty feeling,*' atau *merasa terganggu oleh adanya rasa bersalah*. Harapannya, rasa malu ini bisa jadi pagar pengaman dari nafsu binatang kita yang kadang liar dan sulit terkendali. Bagaimana rasa bersalah bisa muncul, ini tentunya didasarkan atas beberapa kemungkinan. Sebagaimana dalam ilmu sosial-keagamaan, dalam proses mencari kebenaran kita bisa menyandarkan pada beberapa ukuran. Pertama, didasarkan atas kebenaran yang dipahami sendiri. Kedua, kebenaran yang diyakini oleh orang banyak. Jika dianalogikan, maka rasa malu bisa tercipta, Pertama, atas dasar pemahaman diri sendiri tentang perasaan bersalah. Kedua, berdasarkan keyakinan suatu masyarakat dalam lokal budaya tertentu. Ini biasanya

disebut dengan moral. Ketiga, lahir dari pemahaman atas doktrin ketuhanan.

4. Meluruskan Pikiran Keliru

Ada sebagian orang berpandangan bahwa tidak menikah sebagai sebuah kebebasan, mereka mengeluelukannya, mereka tertarik dengan prinsip menuntaskan hawa nafsu bersama siapa yang mereka inginkan, bagaimana mereka inginkan dan pada saat yang mereka inginkan. Pandangan dan pemikiran ini terlihat seolah-olah sebagai pemikiran yang lurus akan tetapi begitu ia diikuti dan akibatnya yang sangat buruk diketahui, maka pengusungnya akan menyadari dengan baik bahwa tidak ada pemikiran yang lebih membahayakan bagi kelangsungan pribadi dan masyarakat daripada pemikiran ini, karena di belakangnya adalah wabah penyakit yang membinasakan manusia, tidak itu saja ia mematikan kasih sayang dan cinta suci melalui jalinan rumah tangga.

Pada saat manusia terbenam dalam kehidupan seks bebas tanpa ikatan dan syarat, mereka memberikan seluruh perhatian kepada kehidupan permisif, pada saat itu diketahui bahwa mereka berjalan menuju lembah kebinasaan, tidak bisa tidak. Orang yang berakal pasti tidak akan rela kepada kehidupan permisif, jiwanya akan menolak memandang wanita hanya karena dia wanita yang dijadikan sebagai alat untuk melampiaskan hajat syahwat dan kenikmatan yang haram dan kotor.

Pada saat pemikiran seks bebas dilontarkan di Eropa dan Amerika, ia laris manis, orang-orang yang bersemangat merespon pemikiran ini, karena kenikmatan yang menjanjikan, akan tetapi akibatnya kehidupan mereka justru tidak berbahagia, angka bunuh diri meningkat, jumlah aborsi melonjak, prosentase anak jalanan meroket dan ikatan kasih sayang semakin melemah dan memudar. Hal ini diakui oleh orang-orang berakal dari mereka. Dari sini mereka mulai meletakkan benteng kokoh di hadapan kehidupan permisif yang mungkar ini dengan menyerukan kepada

kehidupan rumah tangga demi melindungi keberadaan dan kehidupan mereka..

Pada saat manusia mengekor di belakang pemikiran ini –yakni seks bebas atau pola hidup permisif- pada saat itu mereka tidak akan menemukan batas tepi dalam mengenyangkan seks mereka, ibarat orang minum air laut, ini dari satu sisi, mereka tidak menemukan ketenangan jiwa, ini dari sisi kedua, mereka tidak akan mampu menjaga kesehatan, ini dari sisi ketiga, karena syahwat adalah kekuatan bagi manusia, jika rambu-rambu dan aturan-aturan tidak lagi berlaku maka kekuatan ini akan pudar dan padam, dalam kondisi ini akan muncul kekuatan syahwat lain yang mengarah kepada penyimpangan, karena syahwat yang normal sudah padam, orang sudah sedemikian jenuh, akhirnya mereka mencari alternatif, maka lahirnya fenomena homoseksual atau lesbian.

Apabila manusia berlepas diri dari rambu-rambu yang melindunginya maka dia tidak akan mampu berdiri kokoh di hadapan syahwatnya yang menggelora. Dia selalu ingin menuntaskan hawa nafsunya pada setiap wanita yang dilihat dan dikaguminya. Jika wanita tersebut tidak meresponnya maka dia akan sangat kecewa karena dia gagal meraih maksudnya dan menuntaskan keinginannya. Jika keinginannya selalu terwujud setiap kali maka dia menghancurkan kekuatannya dan melenyapkan kesehatannya kemudian dia kehilangan keinginan dan kendali di hadapan nafsu dan ambisinya yang menggelegak.

Dominasi hawa nafsu dalam kehidupan manusia melenyapkan keluhuran rohani dan perhatian yang layak bagi kemanusiaan, maka lenyaplah usaha-usaha yang serius lagi tulus demi masyarakat, demi umat dan demi seluruh kemanusiaan, energi dan kekuatan hanya diperuntukkan kepada seks dan seks, dari sini segi-segi luhur kehidupan memudar, kehidupan bergeser kepada kehidupan yang amburadul, malapetaka besar, kegelapan yang gulita, orang-orang terjerumus ke dalamnya lalu berusaha keluar tetapi tidak mampu. Jadi

kehidupan permisif hanya akan menghancurkan kehidupan manusia itu sendiri.

Kemampuan Kendali Diri dalam menurunkan Kecenderungan Seks Bebas

kontrol diri penting untuk dikembangkan karena individu tidak hidup sendiri melainkan bagian dari kelompok masyarakat. Individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhannya sehingga agar tidak mengganggu dan melanggar kenyamanan dan keselamatan orang lain, individu harus mengontrol perilakunya. Kedua, masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan yang dimiliki individu sehingga dapat diterima masyarakat lainnya (Calhoun & Acocella, 1990).

Sebagai salah satu sifat kepribadian, kontrol diri pada satu individu dengan yang lain tidaklah sama. Ada yang memiliki kontrol diri tinggi dan ada yang rendah. Mereka yang memiliki kontrol diri tinggi mampu mengubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku, membawa kepada konsekuensi positif.

Oleh karenanya kontrol diri selain berupa kemampuan mendapatkan konsekuensi positif juga untuk mengatasi konsekuensi negatif. Seseorang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilakunya begitu sebaliknya.

Farrington (1998) menyatakan, orang impulsif adalah mereka yang kekurangan penghambat internal. Umumnya terkait dengan kesadaran mengenai benar-salahnya suatu perilaku, sehingga seseorang harus memiliki self-control dan impulsivity, yaitu kemampuan menunda, mengubah atau menghentikan suatu respons negatif. Asumsinya, para kriminal termasuk juga orang dengan kepribadian psikopatik seperti Ryan biasanya penganut gaya hidup antisosial dan kanak-kanak agresif dan diasumsikan berkemampuan rendah mengontrol impulse.

Kendali/kontrol diri (self-control) adalah pengaruh atau regulasi seseorang terhadap fisik, perilaku, dan proses-proses psikologisnya (Calhoun & Acocella, 1990). Ini merupakan hal yang sangat penting dalam hidup seseorang. Mengapa?

Pertama, kontrol diri berperan dalam hubungan seseorang dengan orang lain. Hal ini tidak lepas dari kenyataan bahwa kita tidak hidup sendirian, melainkan di dalam kelompok, di dalam masyarakat. Padahal, kita memiliki kebutuhan pribadi seperti makanan, minuman, kehangatan, dan sebagainya. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut kita perlu mengendalikan diri sedemikian rupa, supaya tidak mengganggu orang lain.

Kedua, kontrol diri berperan dalam pencapaian tujuan pribadi. Setiap orang, dari budaya mana pun, selalu berharap mencapai tujuan tertentu dalam hidupnya. Contohnya, tujuan untuk memiliki kompetensi tertentu, mencapai kematangan pribadi, dan sebagainya, sesuai dengan standar yang ada dalam masyarakat.

Dalam rangka mencapai tujuan tersebut kita perlu belajar dan berusaha terus-menerus, dan mengendalikan diri dengan menunda pemuasan kebutuhan-kebutuhan sesaat demi mencapai tujuan jangka panjang. Dengan mengembangkan kemampuan mengendalikan diri sebaik-baiknya, kita akan menjadi pribadi yang efektif, sehingga dapat secara konsisten merasa bahagia, bebas dari rasa bersalah, hidup lebih konstruktif, dapat menerima diri sendiri, dan juga diterima oleh masyarakat.

Penutup

Dakwah dalam konteks pencegahan perilaku seks bebas di kalangan remaja, bukan merupakan pekerjaan yang mudah. Pendekatan konvensional yang dilakukan di masjid-masjid hanya relative memadai kepada orang-orang yang mau berkunjung ke mesjid, dampaknya

peningkatan pelaku seks bebas dari tahun ke tahun tidak pernah mampu terbendung.

Dakwah dalam konteks pencegahan meluasnya perilaku seks bebas memerlukan penanganan yang bersifat kreatif baik secara individual maupun kolektif atau secara kolaboratif sebagai karya gabungan berbagai profesi dan kebijakan pemerintah. Salah satu pendekatan yang mungkin bisa diujicobakan adalah pendekatan kognitif-perilaku. Dengan pendekatan ini diduga akan mampu memberikan pemecahan terkait dengan masalah remaja untuk meningkatkan kemampuan kendali dirinya sebagai langkah preventif melakukan perilaku hubungan seks yang terlarang. Pilihan pendekatan ini juga diduga relevan karena pendekatan konseling kognitif-perilaku di satu sisi memiliki fokus untuk merevisi pola pikir dan perilaku yang keliru, sedangkan di sisi lain pola pikir keliru memiliki kontribusi besar terhadap daya kendali diri yang dimiliki oleh remaja. Jadi Pendekatan kognitif-perilaku diduga sangat relevan yaitu dalam melakukan restrukturisasi kognitif maupun memodifikasi kognitif serta membangun ulang perilakunya.

Daftar Pustaka

- Depag R.I. 1988. *Terjemah Al-Quran*. Bandung : Gema Risalah Perss.
- Sabiq, Sayyid. 1987. *Fiqh Sunnah* . Bandung : P.T Al-Maarif.
- Al-Istambuli, Mahmud Mahdi, 2000. *Tahfatul A'rus*. Jakarta : Pustaka Azzam.
- Ulwan, Abdulah Nashih. 1999. *Tarbiyatul Aulad fil Islam*. Jakarta : Pustaka Amani.
- Yusuf Medan, *Sex Education for Children*, Bandung, Hikmah, 2004.
- Santrock, John W. *Perkembangan Remaja*, Ter. Shinto B. Adelar. Jakarta: Erlangga.

- Borba, Michele. 2001. *The Moral Intelligence*. San Francisco: Jossey Bass a Willey
- Syamsu Yusuf dan Juntika, *Teori Kepribadian*
- L.T. Takhrudin. 1996. *Pribadi-pribadi yang Berpengaruh*. Bandung: PT. Al-Ma'arif.
- Michael S. Josephson. 2003. *Menumbuhkan 6 Sikap Remaja Idaman*. Bandung: Kaifa.
- Abdurrahman, E. 2005. *Al Ibroh Penuntun Budi Pekerti Insan Sejati*. Bandung: Al-Ibroh Islamic Propagation.
- Dadang Hawari. 2009. *Dampak Seks Bebas*
- John McLeod, *Pengantar Konseling Teori dan Kasus*, Edisi Ketiga, Prenada Media Group. Jakarta, 2008.

Dakwah dan Pengembangan Kendali Diri: Upaya Antisipasi Kecenderungan Seks Bebas ..