

## BAB II

### KAJIAN KONSEPTUAL

#### 2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian-penelitian terdahulu menjadi salah satu sumber pendukung yang penting untuk dijadikan acuan dalam penelitian yang berkaitan dengan fokus penelitian. Beberapa jenis penelitian terdahulu yang relevan adalah sebagai berikut:

1. Paezal et al. (2020). *Analisis Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Pergaulan Bebas pada Remaja di SMA Nurul Falah Perina.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan dan sikap mengenai pergaulan bebas di kalangan remaja pada tahun 2020. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain studi Quasi Eksperimen, khususnya metode one group pretest-posttest design. Populasi penelitian terdiri dari 46 orang, dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling. Uji statistik yang diterapkan adalah Uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan tentang pergaulan bebas di kalangan remaja kelas X dan XI, dengan nilai signifikansi (sig) sebesar 0,000 (sig < 0,05). Selain itu, terdapat perubahan sikap positif mengenai pergaulan bebas pada remaja kelas X dan XI, dengan hasil uji yang juga menunjukkan nilai sig = 0,000 (sig < 0,05).

2. Setiabudi et al. (2021). *Upaya Remaja Dalam Pencegahan Pergaulan Bebas Di Sekolah Menengah Atas Negeri Kabupaten Sinjai.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk pergaulan bebas di kalangan siswa SMA Negeri 12 Sinjai dan mengevaluasi upaya yang

dilakukan oleh remaja dalam mencegah pergaulan bebas tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan pemilihan informan melalui teknik purposive sampling, yaitu melibatkan guru dan siswa SMA Negeri 12 Sinjai. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi, dengan validasi data menggunakan triangulasi. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif melalui proses induksi dan reduksi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk pergaulan bebas di sekolah tersebut meliputi pacaran yang tidak etis dan perilaku merokok. Upaya pencegahan yang dilakukan termasuk usaha internal seperti pendalaman pendidikan agama, penguatan karakter pribadi, dan pembatasan pergaulan, serta usaha eksternal yang melibatkan peran orang tua, guru, dan sekolah.

3. Safriadi et al. (2019). *Tingkat Pengetahuan Siswa SMA Negeri 1 Kuta Baro terhadap Pergaulan Bebas.*

Remaja, dalam masa perkembangannya, sering dihadapkan pada tuntutan yang bertentangan, yang dapat menimbulkan permasalahan, termasuk risiko kesehatan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan siswa tentang pergaulan bebas di SMA Negeri 1 Kuta Baro. Menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, penelitian ini melibatkan 37 orang sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang pergaulan bebas, yaitu sebanyak 30 orang (81%), sementara 7 orang (19%) memiliki pengetahuan yang kurang.

Perbandingan dengan ketiga penelitian terdahulu tersebut dapat dibandingkan kedalam bentuk matriks sebagai berikut:

**Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu**

No	Peneliti	Judul	Metode	Persamaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti	Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti
1	Paezal et al. (2020)	Analisis Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Pergaulan Bebas pada Remaja di SMA Nurul Falah Perina	Kuantitatif	Variabel sikap dan pergaulan bebas	1. Variabel pengetahuan 2. Objek penelitian 3. Waktu penelitian 4. Populasi dan sampel penelitian
2	Setiabudi et al. (2021)	Upaya Remaja dalam Pencegahan Prergaulan Bebas di Sekolah Menengah Atas Negeri Kabupaten Sinjai	Kualitatif	Variabel pergaulan bebas	1. Metode penelitian 2. Variabel sikap 3. Objek penelitian 4. Waktu penelitian 5. Populasi dan sampel penelitian
3	Safriadi et al. (2019)	Tingkat Pengetahuan Siswa SMA Negeri 1 Kuta Baro terhadap Pergaulan Bebas	Kuantitatif	Variabel pergaulan bebas	1. Variabel sikap 2. Objek penelitian 3. Waktu penelitian 4. Populasi dan sampel penelitian

Berdasarkan perbandingan matriks penelitian terdahulu tersebut, dapat dijelaskan perbedaan dan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti. Dalam penelitian terdahulu yang pertama terdapat persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pada variabelnya (sikap dan

pergaulan bebas) dengan perbedaan pada lokasi, dan sasaran penelitian. Kemudian dalam penelitian terdahulu yang kedua terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pada variabel (pergaulan bebas), dengan perbedaan pada metode, lokasi, jumlah populasi dan sampel. Kemudian dalam penelitian terdahulu yang ketiga terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu dalam persamaan pada variabel (pergaulan bebas dan perbedaan pada sasaran, waktu dan lokasi penelitian. Dengan perbandingan penelitian terdahulu tersebut maka terdapat keunikan penelitian yang akan diteliti yaitu pada metode penelitian yang dimana peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan metode pengumpulan data menggunakan kuisioner.

## **2.2 Teori Tentang Sikap, Pergaulan Bebas, Seks Bebas, dan Remaja**

### **2.2.1 Sikap**

#### **2.2.1.1 Pengertian Sikap**

Dalam psikologi sosial, sikap merupakan salah konsep penting dalam membentuk nilai-nilai dari kepribadian seseorang. Urgensitas konsep sikap memiliki peranan krusial dalam membentuk perilaku individu dan interaksi sosial. Sikap adalah kecenderungan relatif stabil untuk merespon objek tertentu dengan cara tertentu (Fatiya et al., 2019). Objek dalam kontek ini dapat berupa individu, gagasan, produk, layanan, atau konsep abstrak lainnya. Sikap mencakup evaluasi positif atau negatif, serta respon kognitif, afektif, dan perilaku terhadap objek tersebut.

Beberapa ahli psikologi telah mengklasifikasi makna sikap, sebagaimana yang dinyatakan oleh Sabri (2010), melalui bukunya yang berjudul Psikologi Pendidikan Berdasarkan Kurikulum Nasional, menegaskan makna “sikap sebagai kecenderungan mental dan emosional seseorang yang mempengaruhi cara seseorang merespon atau bertindak terhadap situasi, orang, atau hal tertentu”. Dalam buku yang berjudul “Perilaku Konsumen”, Damiati (2017), mendefinisikan “sikap adalah suatu ekspresi perasaan seseorang yang merefleksikan kesukaannya atau ketidaksukaannya terhadap suatu objek”. Sumarwan (2014), juga mendefinisikan “sikap sebagai ungkapan perasaan konsumen tentang suatu objek apakah disukai atau tidak, dan sikap juga menggambarkan kepercayaan konsumen terhadap berbagai atribut dan manfaat dari objek tersebut”.

Berdasarkan beberapa pandangan para ahli di atas, sikap merupakan kecenderungan relatif stabil untuk merespon objek tertentu dengan cara tertentu. Pembentukan sikap dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman pribadi, pengaruh sosial, dan pendidikan (Purwaningsih & Yunitasari, 2021). Sikap memiliki peran penting dalam pelbagai aspek kehidupan manusia, termasuk perilaku konsumen, interaksi sosial, kesehatan, dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu, memahami sikap dan faktor-faktor yang mempengaruhinya kiranya penting untuk membantu individu dalam memahami diri mereka sendiri dan interaksi mereka dengan lingkungan sekitar.

Sikap mencerminkan perasaan, keyakinan, dan penilaian seseorang terhadap suatu objek atau peristiwa, dan dapat memengaruhi perilaku seseorang secara signifikan. Sikap dapat berkembang dari pengalaman, nilai-nilai, norma sosial, dan

faktor-faktor lainnya dalam kehidupan seseorang Asri, (2020). Sikap yang positif sering kali dianggap menguntungkan karena dapat memperbaiki interaksi sosial, kesejahteraan pribadi, dan hasil dalam berbagai situasi.

Sikap positif merupakan cara pandang atau respon mental yang didasarkan pada kecenderungan untuk melihat sisi baik dari suatu situasi, orang, atau keadaan Syamaun, (2019). Sikap positif mencerminkan pola pikir yang optimis, percaya diri, dan mengandalkan kemampuan untuk menciptakan perubahan yang baik dalam hidup atau lingkungan sekitar. Berbeda dengan sikap negatif, yang merupakan cara pandang atau respon mental yang cenderung melihat sisi buruk dari suatu situasi, orang, atau keadaan yang dialami (Fitri et al., 2021). Sikap negatif dapat mencerminkan pola pikir yang pesimis, tidak percaya diri, atau cenderung menyalahkan diri sendiri atau orang lain atas masalah yang terjadi.

Berdasarkan deskripsi beberapa pengertian di atas, sikap memiliki peran penting dalam menciptakan dan memelihara kebahagiaan seseorang. Meskipun kebahagiaan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi kehidupan, lingkungan, dan genetika, sikap yang positif dapat menjadi kunci untuk mencapai dan mempertahankan kebahagiaan. Walaupun sikap bukan satu-satunya faktor yang menentukan kebahagiaan seseorang, memiliki sikap yang positif dapat membantu seseorang untuk mengatasi tantangan hidup dengan lebih baik, membangun hubungan yang bermakna, dan menemukan kepuasan dalam kehidupan bermasyarakat.

### 2.2.1.2 Komponen Sikap

Sikap menjadi bagian fenomena psikologis yang kompleks dengan pelbagai komponen dan peran dalam interaksi sosial manusia. Memahami sikap dan pengaruhnya terhadap perilaku individu dan interaksi sosial adalah penting dalam psikologi sosial dan berbagai disiplin ilmu terkait. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang sikap, kita dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam berinteraksi dengan orang lain dan mempengaruhi perubahan sosial yang positif.

Azwar (2013), menyatakan bahwa, sikap memiliki tiga komponen utama: kognitif, afektif, dan konasi. Komponen kognitif merupakan representasi dari apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap. Komponen afektif melibatkan perasaan yang berkaitan dengan aspek emosional seseorang. Sementara itu, komponen konasi mencakup kecenderungan untuk berperilaku sesuai dengan sikap yang dimiliki oleh individu.

Damiati (2017), mengklasifikasi aspek sikap sebagai berikut:

1. Komponen Kognitif: Berisi kepercayaan seseorang mengenai apa yang berlaku atau apa yang dianggap benar terkait dengan objek sikap.
2. Komponen Afektif: Menyangkut aspek emosional subjektif seseorang terhadap suatu objek sikap.
3. Komponen Perilaku atau Konasi: Menunjukkan bagaimana perilaku atau kecenderungan berperilaku seseorang berkaitan dengan objek sikap yang dihadapinya.

Menurut Robbins (2006) yang terdiri atas 3 komponen yang saling menunjang, yaitu:

1. Kognitif: Merupakan representasi dari apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap terkait objek sikap.
2. Afektif: Merupakan komponen yang berhubungan dengan perasaan senang atau tidak senang terhadap objek sikap.
3. Konasi: Merupakan komponen yang berhubungan dengan kecenderungan untuk bertindak terhadap objek sikap.

Ketiga komponen tersebut konsisten antara kepercayaan sebagai komponen kognitif, perasaan sebagai komponen afektif, dengan tendensi perilaku sebagai komponen konasi. Pertimbangan ketiga aspek sikap tersebut, menjadi dasar pemahaman yang lebih holistik tentang bagaimana individu merespon objek atau situasi dalam berbagai konteks. Hal ini dapat membantu dalam pengambilan keputusan, perencanaan intervensi, dan meningkatkan interaksi sosial yang positif.

### **2.2.1.3 Ciri-Ciri Sikap**

Pemahaman tentang ciri-ciri sikap dapat memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana manusia merespon objek atau situasi tertentu dalam kehidupan sehari-hari. Gerungan (2004), mengklasifikasi ciri-ciri sikap sebagai berikut:

1. Sikap tidak dibawa sejak lahir, tetapi dibentuk atau di pelajarnya sepanjang perkembangan individu
2. Sikap dapat berubah-ubah, karena itu sikap dapat di pelajari individu.
3. Sikap tidak berdiri sendiri, tetapi senantiasa mengandung relasi tertentu terhadap suatu objek.
4. Objek sikap merupakan satu hal, tetapi dapat juga merupakan kumpulan dari hal-hal.

5. Sikap mempunyai aspek-aspek motivasi dan aspek perasaan  
5 (lima) ciri-ciri khusus sikap menurut Sherif (2019), yaitu:
  1. Sikap Tidak Bawaan Lahir: Sikap bukan merupakan faktor hereditas atau sesuatu yang dibawa sejak lahir, melainkan terbentuk dan dipelajari seiring dengan perkembangan hidup seseorang dalam hubungannya dengan objek tertentu.
  2. Perubahan Sikap: Sikap dapat berubah bila terdapat syarat-syarat yang mendukung terjadinya perubahan tersebut. Karena sikap dapat berubah, maka sikap tersebut dapat dipelajari atau sebaliknya.
  3. Hubungan dengan Objek: Sikap tidak berdiri sendiri, melainkan selalu berhubungan dengan objek. Dengan kata lain, sikap terbentuk, dipelajari, atau berubah selalu berkaitan dengan objek tertentu.
  4. Kompleksitas Objek Sikap: Objek sikap tidak hanya berupa satu hal tertentu saja, tetapi juga dapat merupakan kumpulan dari hal-hal tersebut. Dengan kata lain, objek dalam sikap tidak hanya satu, melainkan berkenaan dengan sederetan objek-objek yang serupa.
  5. Motivasi dan Emosi: Sikap umumnya memiliki segi motivasi dan emosi atau perasaan, yang membedakannya dari kecakapan atau pengetahuan yang dimiliki seseorang.

Sikap dapat menimbulkan dan mendorong dalam berperilaku dengan orang lain di tempat kerja. Oleh karena itu, dengan adanya sikap maka karyawan dapat bekerja sana dengan baik atau tidak. Ciri atau karakteristik sikap menurut Azwar (2022), yaitu sebagai berikut:

1. Sikap Tidak Dibawa Sejak Lahir: Sikap tidak dibawa sejak lahir; ini berarti sikap individu dapat dipelajari seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan mereka, serta dipengaruhi oleh lingkungan tempat mereka berada.
2. Hubungan dengan Objek: Sikap selalu memiliki hubungan dengan suatu objek. Dengan kata lain, sikap terbentuk, dipelajari, atau berubah berdasarkan objek tertentu yang mereka lihat dan sukai atau tidak, bergantung pada objek tersebut.
3. Tertuju pada Satu atau Sekumpulan Objek: Sikap dapat tertuju pada satu objek atau sekumpulan objek. Misalnya, jika individu memiliki sikap positif terhadap merek mobil tertentu, mereka akan terus membeli merek tersebut. Sebaliknya, jika sikap individu tertuju pada sekumpulan objek, seperti komunitas pemilik mobil vintage, mereka akan berpartisipasi dalam kegiatan komunitas tersebut.
4. Durasi Sikap: Sikap dapat berlangsung lama atau sebentar. Sikap yang dipengaruhi oleh rasa suka atau tidak suka terhadap suatu peristiwa, objek, atau seseorang dapat bertahan lama atau hanya sementara, tergantung pada cara individu merespons hal-hal yang membuat mereka suka atau tidak suka.
5. Faktor Perasaan dan Motivasi: Sikap mengandung faktor perasaan dan motivasi. Setiap individu memiliki perasaan dan motivasi yang berbeda-beda dalam merespons pengalaman dan situasi yang mereka hadapi.

Berdasarkan ke lima aspek di atas, sikap merupakan fenomena kompleks yang mencakup pemahaman kognitif, perasaan atau emosi, dan niat atau perilaku terkait terhadap objek atau situasi tertentu. Memahami ciri-ciri sikap memungkinkan kita untuk memiliki pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana manusia merespons dunia di sekitar mereka. Dengan demikian,

pengetahuan ini dapat membantu kita dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari hubungan interpersonal hingga pengambilan keputusan di tempat kerja.

#### **2.2.1.4 Faktor-Faktor Pembentukan Sikap**

Menurut Azwar (2013), faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap diantaranya adalah:

##### **1. Pengalaman Pribadi**

Pengalaman yang dialami oleh individu membentuk dan mempengaruhi persepsinya terhadap stimulus sosial. Tanggapan yang muncul dari individu ini sering menjadi dasar pembentukan sikap.

##### **2. Kebudayaan**

Kebudayaan yang dianut oleh seseorang memiliki pengaruh besar dalam pembentukan sikap. Kebudayaan sering kali secara tidak sadar mengarahkan sikap individu terhadap berbagai masalah.

##### **3. Orang Lain yang Dianggap Penting**

Orang-orang di sekitar individu, terutama mereka yang dianggap penting seperti orang tua, guru, teman dekat, atau pasangan hidup, dapat mempengaruhi sikap individu.

##### **4. Media Massa**

Media massa, sebagai sarana komunikasi, mempengaruhi pembentukan opini melalui informasi yang disebarluaskan. Informasi tersebut, baik yang positif maupun negatif, dapat membentuk sikap individu.

#### 5. Institusi/Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Institusi seperti lembaga pendidikan dan lembaga agama memainkan peran penting dalam pembentukan sikap individu, karena kedua lembaga ini mengajarkan dasar-dasar pengertian dan konsep moral.

#### 6. Faktor Emosional

Kadang-kadang, sikap individu terbentuk berdasarkan emosi semata, dan sikap seperti ini bisa bersifat sementara, tergantung pada perubahan emosi yang terjadi.

Menurut Sarlito dan Eko (2009) menjelaskan pembentukan sikap, yaitu:

1. Pengondisian Klasik, proses pembelajaran ini terjadi ketika suatu stimulus atau rangsangan selalu diikuti oleh stimulus lain, sehingga stimulus pertama menjadi sinyal atau tanda bagi stimulus kedua.
2. Pengondisian Instrumental, proses ini melibatkan pembelajaran di mana perilaku yang menghasilkan hasil positif akan cenderung diulang, sedangkan perilaku yang menghasilkan hasil negatif akan dihindari.
3. Belajar melalui Pengamatan, proses belajar ini terjadi ketika seseorang mengamati perilaku orang lain dan kemudian meniru atau melakukan aktivitas yang serupa.
4. Perbandingan Sosial, proses ini melibatkan membandingkan diri dengan orang lain untuk memverifikasi apakah pandangan kita mengenai suatu hal benar atau salah.

Faktor pementukan sikap menurut perspektif Smith dan Mackie yang dikutip oleh Liliweri (2017), dalam bukunya yang berjudul “Komunikasi Antar-Personal”, meliputi:

1. Faktor kognitif

Aspek kognitif merujuk pada proses perkembangan intelektual dan pemahaman yang terjadi dalam pikiran seseorang yang melibatkan berbagai proses kognitif, termasuk pengolahan informasi, pembentukan konsep, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan.

2. Faktor emosional

Faktor emosional mengacu pada bagaimana pengalaman emosional seseorang memengaruhi perkembangan pikiran, pemahaman, dan kesejahteraan mental mereka.

3. Faktor perilaku

Faktor perilaku mencakup bagaimana tindakan dan kebiasaan seseorang memengaruhi perkembangan pikiran, pemahaman, dan kesejahteraan mental mereka.

Dari paparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa pembentukan sikap individu dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman pribadi, kebudayaan, orang-orang yang dianggap penting, media massa, institusi pendidikan dan agama, serta faktor emosional. Kombinasi dari faktor-faktor ini membentuk sudut pandang dan reaksi individu terhadap stimulus sosial, yang pada akhirnya membentuk sikap mereka terhadap berbagai masalah. Kesimpulan ini menegaskan kompleksitas

dalam proses pembentukan sikap individu dan pentingnya memperhatikan beragam faktor yang memengaruhinya.

## **2.2.2 Pergaulan Bebas**

### **2.2.2.1 Pengertian Pergaulan Bebas**

Pergaulan Bebas dianggap sebagai hasil dari kemajuan globalisasi yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan. Karena itu, bagi negara-negara yang menghargai warisan budaya Timur seperti Indonesia, penting untuk melindungi pemuda dari dampak negatif globalisasi yang semakin tak terkendali. Pergaulan bebas sering diinterpretasikan sebagai perilaku yang menyimpang dari norma-norma agama dan tidak memiliki batasan yang jelas. Ini menekankan perlunya upaya lebih besar untuk menghadapi fenomena ini dan memperkuat nilai-nilai budaya dan agama dalam pendidikan generasi muda.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), kata “pergaulan” memiliki arti menjalin pertemuan dalam kehidupan masyarakat. Sedangkan arti “bebas sendiri adalah” lepas atau tidak terikat. Sehingga dapat disimpulkan, bahwa pergaulan bebas merupakan jalinan pertemuan dalam kehidupan masyarakat yang bersifat lepas atau tidak terikat. Pergaulan bebas merupakan perilaku penyimpangan yang melewati batas norma atau peraturan yang ada (Munawaroh & Ijudin, 2022: 209). Humam (2022: 76), juga mengartikan “pergaulan bebas sebagai proses pergaulan dengan orang lain tanpa ada batas berdasarkan norma yang ada”. Pengertian lain ditegaskan oleh Hudaraja (2018: 48), “pergaulan bebas merupakan pergaulan yang menuntut pelakunya melakukan tindakan-tindakan menyimpang dari norma masyarakat dan aturan agama”.

Berdasarkan pengertian di atas, pergaulan bebas merujuk pada praktik interaksi sosial di mana individu terlibat dalam hubungan tanpa ikatan yang jelas atau komitmen yang kuat, terutama dalam konteks hubungan intim dan seksual. Hal ini seringkali melibatkan perilaku seksual yang tidak terkendali dan tanpa pertimbangan yang matang terhadap konsekuensi yang mungkin timbul. Untuk mengatasi masalah tersebut, diperlukan upaya yang koordinat dan terintegrasi dari berbagai pihak, serta perubahan budaya yang mendukung nilai-nilai positif terkait hubungan dan seksualitas.

#### **2.2.2.2 Bentuk-Bentuk Pergaulan Bebas**

Pergaulan bebas mengacu pada interaksi sosial atau hubungan antara individu tanpa batasan moral atau norma-norma sebagai pengatur hubungan antara seseorang dengan orang lain di tengah-tengah masyarakat (Gunawan, 2009). Bentuk-bentuk pergaulan bebas dapat bervariasi tergantung pada konteks budaya dan nilai-nilai yang ada di suatu tempat. Pergaulan bebas dapat memiliki konsekuensi yang kompleks dan bervariasi tergantung pada individu dan konteksnya. Sementara, sebagian orang dapat menemukan kebebasan dan kegembiraan melalui pergaulan bebas, yang disebabkan oleh faktor kesepian, kehilangan, atau kecewa dengan kurangnya hubungan yang berarti atau komitmen dengan orang lain. Oleh karena itu, penting bagi seseorang untuk memahami konsekuensi dan mempertimbangkan nilai-nilai serta tujuan dalam melakukan interaksi sosial.

Nilai-nilai yang terkandung dalam norma memiliki korelasi kuat dengan pergaulan bebas, dimana kedua domain tersebut memiliki kecenderungan sebagai

standarisasi dari menyimpang tidaknya suatu perilaku seseorang. Norma sosial merupakan aturan atau standar perilaku yang diakui dalam suatu masyarakat atau kelompok tertentu. Norma-norma ini dapat mencakup nilai-nilai moral, etika, dan budaya yang dianggap penting oleh masyarakat. Sarwono (2007), telah memberikan klasifikasi umum terkait bentuk-bentuk pergaulan bebas, melalui bukunya yang berjudul “Psikologi Remaja”, sebagaimana berikut:

1. Perzinaan

Perzinaan adalah tindakan atau perilaku seksual yang melibatkan hubungan intim antara dua orang yang tidak sah menurut norma-norma, moral, agama, atau hukum yang berlaku Hadziq, (2019).

2. Kumpul Kebo

Kumpul kebo adalah istilah informal dalam bahasa Indonesia yang digunakan untuk merujuk kepada praktik berkumpulnya sekelompok orang yang belum menikah atau belum memiliki pasangan tetap untuk tinggal bersama dalam satu tempat atau rumah yang sama (Jehamat & Jenia, 2019).

3. Hamil di Luar Nikah

Merupakan kehamilan yang terjadi ketika salah satu atau kedua pasangan yang terlibat dalam hubungan seksual tidak menikah atau tidak memiliki ikatan pernikahan yang sah menurut hukum atau norma-norma sosial yang berlaku (Rahman & Lawang, 2023).

4. Keluyurun

Keluyuran adalah istilah dalam bahasa Indonesia yang digunakan untuk merujuk kepada kegiatan berjalan-jalan atau berkeliling tanpa tujuan yang pasti

atau tanpa arah yang jelas Chusna, (2017). Istilah ini sering digunakan untuk menggambarkan perilaku seseorang yang bergerak atau berkeliaran tanpa rencana atau tujuan tertentu, dan seringkali dilakukan untuk tujuan rekreasi atau hiburan semata.

Bentuk-bentuk pergaulan bebas juga diklasifikasikan oleh Ningrum, dkk. (2023), bahwa pergaulan bebas memiliki beberapa bentuk, yaitu:

1. Penggunaan Obat-Obatan Terlarang
2. Seks Bebas
3. Minum-Minum Beralkohol
4. Perkelahian
5. Pencurian

Sedangkan menurut Munawaroh dan Ijudin (2022), bahwa bentuk-bentuk pergaulan bebas adalah sebagai berikut:

1. Konsumsi Narkoba
2. Pemborosan Uang
3. Menggunakan Obat-Obatan Terlarang
4. Kecanduan Menonton Konten Pornografi
5. Mengonsumsi Alkohol/Minum-Minum Keras
6. Rasa Malas

Dari klasifikasi bentuk-bentuk pergaulan bebas di atas, pergaulan bebas dapat mengambil berbagai bentuk dan memiliki dampak yang beragam terhadap individu dan masyarakat secara keseluruhan. Sehingga perlu adanya pemahaman komprehensif tentang konsekuensi dari setiap bentuk pergaulan bebas dan

melakukan pilihan yang bijaksana yang sesuai dengan nilai-nilai dan kebutuhan individu dan masyarakat. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang fenomena tersebut, kita dapat membangun hubungan yang lebih sehat dan berkelanjutan dalam masyarakat secara kompleks.

### **2.2.3 Seks Bebas**

#### **2.2.3.1 Pengertian Seks Bebas**

Seks bebas adalah praktik hubungan seksual antara laki-laki dan perempuan tanpa adanya ikatan pernikahan. Pergaulan bebas, terutama dalam konteks hubungan seks pranikah yang disebut *premarital intercourse*, telah menjadi hal yang umum atau lazim terjadi di tengah-tengah masyarakat Indonesia. Seks bebas seringkali tidak melibatkan komitmen emosional yang kuat, yang dapat menyebabkan ketidakstabilan emosional dan konflik batin (Kasingku & Sanger, 2023). Tanpa dasar yang kokoh dalam hubungan, individu berpotensi mengalami perasaan kesepian, kekecewaan, atau kebingungan tentang identitas dan nilai-nilai mereka.

Seks bebas merujuk pada berbagai perilaku yang bertujuan untuk memenuhi dorongan seksual yang timbul dari kematangan organ seksual, mulai dari berkencan, bercumbu, hingga melakukan kontak seksual. Namun, perilaku-perilaku tersebut tidak sesuai dengan norma karena seringkali dilakukan oleh remaja yang belum memiliki pengalaman yang memadai tentang seksualitas. Secara medis, perilaku seks bebas di kalangan remaja dapat memiliki dampak yang merugikan pada kesehatan fisik dan emosional mereka (Kurniawati & Wardani, 2020). Meningkatnya risiko penularan penyakit menular seksual, kehamilan remaja, dan

dampak psikologis seperti perasaan rendah diri, kecemasan, dan depresi adalah beberapa contoh dampak negatif dari perilaku seks bebas.

Berdasarkan teori tersebut, dapat disimpulkan bahwa seks bebas adalah tindakan seksual yang dilakukan tanpa mempertimbangkan aturan atau batas yang ada, dan sering kali didorong oleh keinginan atau hasrat seksual semata. Untuk mengatasi tantangan yang dihadapi remaja terhadap tindakan seks bebas, diperlukan pendekatan holistik yang melibatkan pendidikan seksual yang komprehensif, dukungan sosial dan budaya yang positif, serta advokasi untuk perubahan kebijakan yang mendukung kesejahteraan seksual dan emosional individu. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang seks bebas, masyarakat dapat bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pengambilan keputusan yang sehat dan bertanggung jawab dalam hal seksualitas.

### **2.2.3.2 Bentuk-Bentuk Seks Bebas**

Bentuk-bentuk seks bebas Dewi, (2009), antara lain yaitu:

1. Masturbasi (Onani): Masturbasi adalah tindakan perangsangan diri hingga mencapai orgasme, biasanya dilakukan dengan tangan atau benda lain. Jika aktivitas ini bersifat sementara dan tidak mengganggu aspek psikoseksual, biasanya dianggap dalam batas normal.
2. Berpegang Tangan: Berpegang tangan dapat menimbulkan getaran romantis atau perasaan nyaman bagi pasangan, dan sering kali merupakan awal dari aktivitas seksual lainnya yang bertujuan mencapai kepuasan seksual.
3. Berpelukan: Berpelukan adalah ungkapan kasih sayang melalui dekapan, yang dapat menciptakan rasa aman, nyaman, dan terlindungi.

4. Berciuman: Berciuman memiliki dua bentuk, yaitu ciuman kering (pipi ke pipi atau pipi ke bibir) dan ciuman basah (bibir ke bibir). Ciuman dapat menimbulkan sensasi kuat yang berhubungan dengan tahapan seksual lainnya.
5. Saling Meraba: Tindakan ini melibatkan sentuhan pada area sensitif seperti payudara, vagina, dan penis, baik dengan pakaian maupun tanpa pakaian.
6. Necking: Necking adalah sentuhan mulut pada leher pasangan, yang dapat meninggalkan bekas kemerahan atau tidak.
7. Oral Seks: Oral seks adalah tindakan memasukkan alat kelamin ke dalam mulut. Jika dilakukan oleh laki-laki, dikenal sebagai cunnilingus, sementara oleh perempuan disebut fellatio.
8. Hubungan Seksual (Sexual Intercourse/Senggama): Hubungan seksual melibatkan penetrasi alat kelamin dan merupakan bentuk interaksi seksual yang lebih lengkap.

Bentuk perilaku seksual dapat dikategorikan menjadi dua jenis: dengan kontak dan tanpa kontak. Perilaku Seksual dengan Kontak melibatkan tindakan fisik langsung, seperti mencium atau memeluk, menyentuh dan meraba area sekitar alat kelamin, seks oral, seks anal atau vaginal, serta penetrasi vaginal atau anal menggunakan alat atau jari. Perilaku Seksual Tanpa Kontak meliputi ucapan atau panggilan yang bersifat seksual, seks maya (penawaran seksual melalui visualisasi atau fantasi), dan pertanyaan atau komentar seksual yang bersifat invasif (*United Nations International Children's Emergency Fund, 2008*).

Menurut Sarwono (2003) bentuk perilaku seks bebas antara lain:

1. *Kissing*: Berciuman berupa pertemuan bibir dengan bibir pasangan lawan jenis yang didorong oleh hasrat seksual.
2. *Necking*: Bercumbu yang tidak melibatkan penetrasi alat kelamin, biasanya dilakukan dengan berpelukan, memegang payudara, atau melakukan oral seks, tetapi belum mencapai hubungan seksual lengkap.
3. *Petting*: Upaya membangkitkan dorongan seksual melalui bercumbu, yang melibatkan penempelan dan gesekan alat kelamin dengan pasangan, namun belum mencapai hubungan seksual lengkap.
4. *Sexual Intercourse*: Hubungan seksual atau persetubuhan, di mana terjadi penetrasi alat kelamin laki-laki ke dalam alat kelamin perempuan.

Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa Perilaku seksual terbagi ke dalam dua kategori yaitu ringan dan berat. Perilaku seksual ringan mencakup berpegangan tangan, berpelukan, dan berciuman, menghayal, sedangkan perilaku seksual kategori berat adalah meraba dan mencium bagian sensitif (payudara dan alat kelamin menempelkan alat kelamin, *oral seks*, dan senggama.

### **2.2.3.3 Faktor-Faktor Penyebab Seks Bebas**

Pada usia remaja terjadi perkembangan yang sangat dinamis baik secara biologi maupun psikologi dan ada beberapa faktor- faktor penyebab seks bebas seperti, Harfi, dkk (2019):

## 1. Faktor Internal

- a. Kendali Diri: Mengacu pada kemampuan seseorang dalam mengelola emosi dan dorongan pribadi. Ketidakmampuan untuk mengendalikan diri dapat mengakibatkan remaja membuat keputusan merugikan diri sendiri, seperti terjerumus ke dalam perilaku seksual bebas, akibat kurangnya pembatasan dalam pikiran mereka.
- b. Kesadaran Diri: Kurangnya kesadaran diri dan pemahaman remaja tentang konsekuensi pergaulan yang mereka jalani dapat mempengaruhi keputusan mereka, cenderung mengarah pada pergaulan bebas.
- c. Nilai-Nilai Keagamaan: Kurangnya pendidikan agama sejak usia dini dapat membuat remaja tidak memahami norma sosial dan moral serta ajaran agama. Kekurangan pengetahuan tentang perilaku yang sesuai dengan nilai agama mereka bisa menyebabkan mereka mengikuti perilaku yang bertentangan dengan nilai-nilai agama, berkontribusi pada pergaulan bebas.
- d. Gaya Hidup: Gaya hidup modern sering kali mengikuti tren Barat dan kebiasaan remaja dalam kehidupan sehari-hari. Pergaulan bebas bisa terjadi sebagai akibat dari adaptasi remaja terhadap gaya hidup atau tren yang mereka ikuti.

## 2. Faktor Keluarga

- a. Pendidikan Keluarga: Rendahnya tingkat pendidikan dalam keluarga dapat berdampak signifikan terhadap munculnya pergaulan bebas. Orang tua yang kurang pendidikan mungkin tidak mampu memberikan pemahaman yang memadai tentang konsekuensi dari perilaku tersebut kepada anak-anak mereka.

- b. **Kondisi Keluarga yang Tidak Stabil (Broken Home):** Ketidakstabilan dalam hubungan keluarga, seperti kasus rumah tangga yang terpisah, dapat memengaruhi perkembangan psikologis remaja secara signifikan. Ketika orang tua tidak hidup harmonis, anak-anak mungkin mengalami gangguan perkembangan psikologis dan mencari pelarian di luar rumah, sering kali melalui pergaulan bebas.
- c. **Kurangnya Perhatian Orang Tua:** Kurangnya perhatian dari orang tua, terutama karena kesibukan dengan pekerjaan, dapat membuat anak merasa tidak dihargai dan terabaikan. Hal ini dapat mendorong anak untuk terlibat dalam aktivitas yang tidak diawasi secara ketat dan merasa enggan berbagi masalah yang mereka alami.
- d. **Keadaan Ekonomi Keluarga:** Kondisi keuangan keluarga yang buruk dapat menyebabkan anak-anak putus sekolah dan mengalami penurunan perilaku. Situasi ini bisa diperparah ketika anak-anak bergaul dengan teman sebaya yang juga mengalami kesulitan ekonomi, mendorong mereka untuk terlibat dalam pergaulan bebas sebagai bentuk pelarian atau pemenuhan kebutuhan sosial.

### 3. Faktor Lingkungan Sosial

#### a. Kurang Berhati-Hati dalam Berteman (Pergaulan)

Menjadi kurang berhati-hati dalam memilih teman bisa membawa konsekuensi yang beragam. Teman memiliki pengaruh besar dalam membentuk perilaku seseorang. Jika seseorang berteman dengan individu yang tidak baik, itu dapat mengarahkan mereka ke pergaulan bebas. Remaja sering menghabiskan lebih banyak waktu di luar rumah dengan teman-teman mereka karena pengaruh kuat

dari teman sebaya. Karena itu, tidak mengherankan jika teman sebaya memiliki pengaruh yang lebih cepat dalam membentuk perilaku dibandingkan dengan keluarga mereka.

b. Keadaan Lingkungan Tempat Tinggal

Lingkungan tempat tinggal memainkan peran penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Jika lingkungan tempat tinggal tidak kondusif, itu dapat menyebabkan anak-anak terjerumus ke dalam pergaulan bebas. Kita menyadari bahwa lingkungan memiliki pengaruh yang lebih besar dalam pertumbuhan seseorang daripada keluarga.

4. Faktor Teknologi Informasi

Teknologi informasi merujuk pada perangkat yang menggunakan elektronik dan komputer untuk membantu manusia dalam menghasilkan, mengubah, menyimpan, berkomunikasi, dan menyebarkan informasi. Tujuan utama dari teknologi informasi adalah untuk memecahkan masalah, mendorong kreativitas, serta meningkatkan efektivitas dan efisiensi dalam pekerjaan. Dengan adanya teknologi informasi, pekerjaan manusia menjadi lebih mudah dan efisien.

Namun, salah satu dampak negatif yang paling terlihat dari kemajuan teknologi informasi, menurut Setiawan, adalah kemudahan dalam mendapatkan konten-konten yang tidak pantas di internet. Hal ini secara tidak langsung dapat mendorong remaja untuk melanggar norma-norma yang berlaku.

Keberadaan internet juga memungkinkan akses terhadap berbagai jenis budaya yang mungkin tidak sesuai dengan norma-norma lokal. Akibatnya, anak-anak menjadi lebih rentan untuk memahami dan terpapar pada konten pornografi,

yang pada gilirannya dapat menyebabkan mereka terjerumus ke dalam pergaulan bebas.

Selanjutnya dengan pendapat Harfi, Musbikin (2013: 21) mengelompokkan faktor penyebab terjadinya seks bebas di kalangan remaja tentang keluarga, yaitu:

1. Kurangnya Perhatian Orangtua

Kurangnya pendidikan orangtua telah menjadi salah satu masalah yang sering kali terabaikan dalam pembentukan karakter dan perilaku anak. Dalam banyak kasus, kurangnya arahan dan bimbingan dari orangtua dapat menyebabkan anak terlibat dalam pergaulan bebas.

2. Kurang Teladan Orangtua

Orangtua adalah model pertama dan paling penting bagi anak. Mereka menjadi sumber inspirasi dan pengaruh utama dalam membentuk perilaku, sikap, dan nilai-nilai pada anak. Ketika orangtua tidak memberikan teladan yang baik, anak seringkali mencari arahan di tempat lain, terutama dari teman sebaya atau media sosial. Sehingga, kurangnya teladan orangtua menjadi salah satu pemicu munculnya pergaulan bebas pada anak.

3. Kurangnya Pendidikan Agama dalam Keluarga

Pendidikan agama memiliki peranan penting dalam membentuk karakter, moral, dan nilai-nilai spiritual seseorang. Namun, kurangnya pendidikan agama dalam keluarga seringkali menjadi faktor yang menyebabkan anak salah dalam bergaul dan menimbulkan pergaulan bebas.

Menurut Sugiyono (2010) bahwa perilaku seks bebas pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor:

1. Faktor dalam diri remaja sendiri (Internal) yang membuat mereka kurang memahami tanggung jawab mereka sebagai pelajar. Faktor ini dapat mempengaruhi mereka melakukan seks pranikah karena dorongan ingin tahu mereka untuk mencoba hal-hal baru.
2. Faktor eksternal, seperti pergaulan bebas tanpa kendali orang tua yang membuat remaja merasa bebas untuk melakukan apa pun yang mereka suka, adalah karakteristik umum remaja. Pada masa remaja, orang sangat dekat dengan rekan-rekannya karena mereka tidak hanya memiliki ikatan yang menggantikan ikatan keluarga, tetapi juga merupakan sumber empati, empati, dan pengertian, tempat mereka berbagi pengalaman, dan tempat mereka berjuang untuk menjadi merdeka dan bebas.
3. Faktor perkembangan teknologi media komunikasi yang semakin canggih, yang meningkatkan kemungkinan remaja mengakses segala sesuatu, termasuk hal-hal yang berpotensi merugikan. Remaja dewasa ini dapat dengan mudah mengakses situs web, foto, atau bahkan video porno melalui ponsel mereka.
4. Ketidaktahuan seksual remaja. Dengan berbagai alasan, banyak orang tua membatasi pembicaraan tentang seksualitas mereka. Orang tua yang berbicara tentang seksualitas anaknya masih dianggap tidak masuk akal untuk memahaminya. Oleh karena itu, remaja termotivasi untuk mencari informasi di tempat lain, yang mungkin membuat mereka terjerumus.

Kesimpulannya, seks bebas disebabkan oleh kombinasi berbagai faktor, termasuk pengaruh media dan teknologi, kurangnya pendidikan seksual yang memadai, tekanan teman sebaya, pencarian identitas dan penerimaan, pengaruh

alkohol dan narkoba, kebutuhan emosional, serta norma sosial dan budaya. Mengatasi masalah ini memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan edukasi, dukungan emosional, dan pengawasan dari lingkungan sosial dan keluarga.

#### **2.2.3.4 Dampak Seks Bebas**

Perilaku seks bebas di kalangan remaja merupakan isu yang mendapat perhatian besar dalam bidang kesehatan dan kesejahteraan remaja (Basri et al., 2021). Fenomena ini dapat memiliki dampak besar terhadap kesehatan fisik, emosional, dan sosial remaja, serta dapat mempengaruhi perkembangan dan masa depan mereka secara keseluruhan. Di sisi lain, akibat seks bebas bagi remaja adalah peningkatan risiko terkena penyakit menular seksual (PMS) dan kehamilan yang tidak direncanakan (Wulandari & Aini, 2020). Remaja yang terlibat dalam hubungan seksual tanpa perlindungan yang memadai berisiko tinggi terkena berbagai jenis PMS seperti HIV/AIDS, sifilis, gonore, dan lain sebagainya (Yuniza et al., 2022). Selain itu, kehamilan remaja juga dapat membawa risiko kesehatan serius bagi ibu dan bayi.

Akibat terjadinya hubungan seksual bagi remaja dapat di klasifikasikan sebagai berikut:

##### **1. Kehamilan yang tidak diinginkan**

Kehamilan yang tidak diinginkan terjadi ketika pasangan tidak ingin memiliki anak, dan tindakan seksual mereka dapat menyebabkan kehamilan tersebut. Hawari (2009) menyatakan bahwa kehamilan remaja di luar nikah menyebabkan stres psikologis bagi remaja dan keluarganya. Tidak jarang mereka

dipaksa menikah saat fisik dan mental mereka tidak siap. Tidak jarang remaja ingin mengambil jalan pintas-menggugurkan.

## 2. Aborsi tidak aman

Pengguguran kandungan, juga dikenal sebagai abortus provocatus, adalah proses menghentikan kehamilan secara tidak sengaja. yakni, kehamilan yang digagalkan karena pengguguran dengan berbagai cara. Namun, keguguran adalah ketika kehamilan terhenti karena alasan alamiah. Resiko kematian akibat aborsi jauh lebih tinggi. tinggi daripada melahirkan, terutama jika aborsi dilakukan secara tinggi daripada melahirkan, terutama jika aborsi dilakukan secara non-medis. Hwari (2009).

## 3. Penyakit Menular Seksual: HIV/AIDS

Jenis hubungan seksual, terutama hubungan seksual di luar nikah, seperti seks bebas, dapat menyebabkan penyakit menular seksual. Selain merusak organ reproduksi dan alat kelamin, jenis penyakit ini dapat menyebabkan komplikasi medis seperti kemandulan, kecacatan, gangguan kehamilan, gangguan pertumbuhan, kanker, bahkan kematian. Hwari (2009).

Menurut Sarwono (2010) perilaku seksual pranikah dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada remaja, diantaranya sebagai berikut:

1. Dampak Psikologis: Perilaku seksual pranikah pada remaja dapat menimbulkan dampak psikologis seperti perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, serta rasa bersalah dan berdosa. Dampak ini sering kali terkait dengan penyesalan dan tekanan emosional akibat terlibat dalam aktivitas seksual sebelum waktunya.

2. Dampak Fisiologis: Dari segi fisiologis, perilaku seksual pranikah dapat mengakibatkan kehamilan tidak diinginkan dan aborsi. Kehamilan yang tidak direncanakan pada usia remaja seringkali berujung pada keputusan aborsi, yang bisa menimbulkan masalah kesehatan jangka panjang.
3. Dampak Sosial: Perilaku seksual pranikah juga berpotensi menyebabkan dampak sosial seperti dikucilkan dari lingkungan sosial, putus sekolah bagi remaja perempuan yang hamil, dan perubahan peran menjadi ibu. Tekanan sosial dan stigma dari masyarakat juga dapat memperburuk situasi, dengan remaja mengalami penilaian negatif dan penolakan.
4. Dampak Fisik: Dampak fisik dari perilaku seksual pranikah termasuk meningkatnya risiko terkena penyakit menular seksual (PMS), dengan frekuensi infeksi tertinggi terjadi pada usia 15-24 tahun. Infeksi ini dapat menyebabkan kemandulan, rasa sakit kronis, dan meningkatkan risiko tertular IMS dan HIV/AIDS.

Menurut peneliti Safarina et al. (2024), perilaku seksual pra nikah seringkali berakibat pada kerusakan hubungan emosional, karena adanya kecenderungan untuk memprioritaskan kepuasan fisik sementara mengabaikan aspek-aspek penting dari koneksi emosional yang mendalam. Hal ini dapat mengakibatkan terganggunya rasa kepercayaan, pengertian, dan komunikasi antara pasangan, sehingga memperburuk kualitas hubungan secara keseluruhan. Ketidakmampuan untuk membangun hubungan yang kuat berbasis kepercayaan dan penghargaan dapat mengakibatkan kekacauan dalam hubungan, yang pada gilirannya dapat menyebabkan perpisahan yang menyakitkan.

Pemahaman tentang akibat seks bebas bagi remaja sangat penting dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka. Dengan menyadari risiko kesehatan, masalah emosional dan psikologis, serta kerentanan terhadap stigma sosial, kita dapat mengambil langkah-langkah preventif yang tepat untuk melindungi remaja dari konsekuensi negatif dari praktik seks bebas. Dengan memberikan pendidikan seksual yang komprehensif, dukungan sosial yang kuat, dan akses ke layanan kesehatan yang aman dan terpercaya, dapat membantu remaja mengambil keputusan yang sehat dan bertanggungjawab dalam hal seksualitas mereka.

## **2.2.4 Remaja**

### **1.2.4.1 Pengertian Remaja**

Masa remaja adalah periode transisi penting dalam kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada fase ini, individu mengalami perubahan besar dalam kematangan fungsi rohaniyah dan jasmaniah, termasuk fungsi seksual, sebagaimana diungkapkan oleh Djamaludin (2017).

Selama masa remaja, individu berkembang dari tanda-tanda seksual sekunder menuju kematangan seksual, dan mengalami perubahan psikologis serta pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa. Peralihan ini juga mencakup transisi dari ketergantungan sosial ekonomi menuju keadaan yang lebih mandiri (Yudrik Jahja, 2011).

Masa remaja umumnya dimulai sekitar usia 10–12 tahun dan berakhir pada usia 18–21 tahun. Periode ini ditandai dengan keragaman yang tinggi dalam hal

etnis, kultur, sejarah, jenis kelamin, status sosial ekonomi, dan gaya hidup, sebagaimana dijelaskan oleh Laura (2016).

Berdasarkan pembahasan di atas, kita dapat menyimpulkan bahwa masa remaja adalah masa perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa awal yang meliputi perubahan fisik, sosial, kognitif, emosional, dan mental dan berlangsung antara 10 hingga 21 tahun.

#### **1.2.4.2 Tugas Perkembangan Remaja**

Perkembangan tak terlepas dari pertumbuhan. Pertumbuhan materi fisik dapat menggerakkan fungsi dan bahkan mengubah fungsi materi tersebut. Perubahan fungsi fisik bisa mencapai kematangan dalam fungsi itu sendiri. Kematangan fungsi fisik sangat mempengaruhi perubahan dalam fungsi-fungsi mental. Oleh karena itu, dipahami bahwa perkembangan tidak bisa dipisahkan dari pertumbuhan (Surawan, 2020: 29).

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas perkembangan remaja. Adapun tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Hurlock dalam ansori (2019), sebagai berikut:

1. Mampu menerima keadaan fisiknya.
2. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
3. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
4. Mencapai kemandirian emosional.

5. Mencapai kemandirian ekonomi.
  6. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
  7. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orang tua.
  8. Mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
  9. Mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan.
  10. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga
- Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Yudrik Jahja (2011), sebagai berikut:
1. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
  2. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
  3. Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok.
  4. Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya.
  5. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
  6. Memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup (weltanschauung).
  7. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

Senada dengan pendapat di atas Hamdanah (2017), menyebutkan sebagai kelanjutan dari tugas-tugas perkembangan sebelumnya diharapkan seorang remaja telah memiliki kemampuan untuk:

1. Menerima kondisi fisiknya serta perannya sebagai pria atau wanita.
2. Membentuk hubungan baru dengan teman sebaya, baik dari jenis kelamin yang sama maupun berbeda.
3. Mendapatkan kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
4. Mencapai kepastian dalam hal kebebasan pengaturan finansial, setidaknya untuk dirinya sendiri.
5. Memilih dan mempersiapkan diri untuk suatu pekerjaan atau jabatan.
6. Mengembangkan keterampilan dan pengetahuan intelektual yang diperlukan sebagai warga negara dan mampu berperilaku sesuai norma masyarakat, serta mempersiapkan diri untuk masa depan pernikahan dan kehidupan keluarga.
7. Membentuk nilai-nilai pribadi yang sesuai dengan pandangan dunia berdasarkan pengetahuan yang memadai.

Dalam bukunya yang berjudul "Peran Remaja dengan Konsep Basimpuah dan Baselo dalam Pencegahan Risiko HIV/AIDS", Gafar dan Syahrudin (2023), mengklasifikasi fase-fase remaja dalam beberapa fase berikut:

1. Pra-Pubertas

Pra-pubertas merujuk pada periode sebelum masa pubertas dimulai, di mana fase perkembangan tersebut terjadi saat tubuh anak mengalami persiapan untuk memasuki masa pubertas, tetapi belum memasuki tahap dimana perubahan fisik yang signifikan terjadi.

## 2. Masa Pubertas

Masa pubertas adalah periode dalam perkembangan manusia di mana terjadi serangkaian perubahan fisik, emosional, dan sosial yang menandai transisi dari masa anak-anak menuju kedewasaan seksual dan reproduksi.

## 3. Adolesensi

Adolesensi adalah periode perkembangan manusia yang mencakup rentang waktu antara masa anak-anak dan kedewasaan.

Perkembangan remaja melibatkan pertumbuhan fisik, emosional, sosial, dan kognitif yang kompleks. Remaja mengalami perubahan dalam identitas, hubungan dengan orang lain, pemahaman diri, dan tanggung jawab. Proses ini membutuhkan dukungan dan pemahaman dari lingkungan sekitarnya, termasuk keluarga, teman sebaya, dan masyarakat secara keseluruhan. Penting bagi remaja untuk menjalani masa ini dengan pemahaman diri yang baik, kemampuan untuk mengelola emosi, dan keterampilan interpersonal yang sehat agar dapat berkembang menjadi individu yang mandiri dan produktif.

### **1.2.4.3 Fase Remaja**

Fase pada masa remaja dibagi dalam tiga tahapan yaitu Batubara, (2010):

1. Remaja Awal (12-14 tahun): Pada masa remaja awal, anak-anak mulai mengalami perubahan fisik yang pesat, percepatan pertumbuhan, serta perubahan dalam komposisi tubuh yang disertai dengan mulai munculnya ciri-ciri seksual sekunder.

2. Remaja Pertengahan (15-17 tahun): Selama periode remaja pertengahan, individu sangat membutuhkan teman sebaya, cenderung mengalami narsisme, dan mulai menunjukkan minat terhadap intelektualitas serta karier.
3. Remaja Akhir (18-21 tahun): Periode remaja akhir dimulai pada usia 18 tahun dan ditandai dengan tercapainya kematangan fisik yang lengkap. Pada fase ini, individu lebih fokus pada masa depan, termasuk peran yang diinginkan, mulai serius dalam hubungan dengan lawan jenis, dan mulai menerima tradisi serta kebiasaan dari lingkungan sekitar.

Masa remaja menjadi tiga fase Hockenberry, (2009), yaitu :

1. Masa Remaja Awal (11-14 tahun): Pada tahap remaja awal, remaja merasa perlu untuk menjadi bagian dari kelompok karena kelompok memberikan status kepada mereka (Wong, 2008). Mereka berusaha mengikuti gaya kelompok, seperti dalam berpakaian, merias wajah, dan menata rambut sesuai dengan standar kelompok tersebut. Upaya ini dilakukan untuk diterima dalam kelompok, karena menjadi berbeda dapat membuat remaja tidak diterima atau bahkan diasingkan oleh kelompok Hockenberry (2009).
2. Masa Remaja Pertengahan (15-17 tahun): Pada periode ini, kemampuan berpikir remaja berkembang, mereka mulai dapat mengarahkan diri sendiri, mengembangkan kematangan perilaku, belajar mengendalikan diri, dan membuat keputusan awal yang berkaitan dengan tujuan yang ingin dicapai Hockenberry (2009).
3. Masa Remaja Akhir (18-20 tahun): Periode ini ditandai dengan persiapan remaja untuk memasuki peran dewasa. Selama masa ini, remaja berusaha

menetapkan tujuan dan mengembangkan identitas pribadi (Hockenberry, 2009). Ciri khas dari tahap ini adalah: (1) keinginan kuat untuk menjadi pribadi yang matang; dan (2) upaya untuk diterima baik dalam kelompok teman sebaya maupun oleh orang dewasa Hockenberry (2009).

Monks dalam Afriani (2022), membedakan fase remaja atas tiga fase, yaitu:

1. Usia Remaj Awal (12-15 Tahun)
2. Usia Remaja Madya (16-18 Tahun)
3. Usia Remaja Akhir (18/19-21 Tahun)

Dari penjelasan itu, bisa disimpulkan bahwa pada fase awal perkembangan remaja, mereka masih mengalami kebingungan mengenai perubahan fisik dan psikologis, serta merasa cemas. Namun, ketika memasuki fase pertengahan pertumbuhan remaja, mereka cenderung merasa lebih nyaman dengan keadaan mereka dan mulai yakin bahwa mereka memiliki teman serta pengalaman yang sama dengan remaja lainnya.

### **1.3 Kajian Tentang Pekerja Sosial**

#### **2.3.1 Pengertian Pekerjaan Sosial**

Menurut Zatrof (dalam Suharto, 2010), pekerja sosial adalah profesi yang berfokus pada membantu individu, kelompok, dan masyarakat untuk meningkatkan atau memperbaiki kemampuan mereka dalam berfungsi secara sosial serta menciptakan kondisi masyarakat yang mendukung pencapaian tujuan mereka. Pekerja sosial diartikan sebagai individu yang memiliki keahlian dan wewenang dalam melaksanakan berbagai layanan sosial Wibawa, (2010). Dengan memperhatikan peningkatan kebutuhan masyarakat akan layanan sosial dan

keahlian yang terkait, serta perkembangan masyarakat itu sendiri, peran pekerja sosial sebagai ahli kini tidak hanya terbatas pada layanan langsung (*direct social services*), tetapi juga harus mencakup kebijakan, peraturan, dan perencanaan sosial. Dengan kata lain, pekerja sosial tidak hanya ahli dalam menangani individu yang menghadapi masalah sosial, tetapi juga seseorang yang memiliki kekuatan (*strengths*) yang dapat dimanfaatkan sebagai "sumber daya" dalam proses pemecahan masalah atau pemenuhan kebutuhan hidup mereka.

Berdasarkan pengertian di atas, seorang pekerja sosial harus mampu menciptakan kondisi masyarakat yang baik dan teratur, menjaga keberfungsian setiap elemen yang berperan dalam masyarakat. Mereka harus menciptakan lingkungan sosial yang kondusif, di mana hubungan antar individu dan kelompok dapat mendorong keterlibatan serta kolaborasi di antara para pemegang peran tersebut.

### **2.3.2 Peran Pekerjaan Sosial**

Menurut Parsons dan rekan-rekan (dalam Suharto, 2005), peran pekerja sosial mencakup beberapa aspek berikut:

#### **1. Sebagai Fasilitator**

Dalam literatur pekerjaan sosial, peran fasilitator sering disebut sebagai pemungkin (*enabler*). Barker (dalam Suharto, 2005) menjelaskan bahwa peran fasilitator adalah membantu klien dalam menghadapi tekanan situasional atau transisional. Sebagai fasilitator, pekerja sosial bertugas mempermudah dan meringankan jalan partisipasi (Wibhawa, 2010). Tujuannya adalah membantu klien mengatasi tekanan situasional dengan menyediakan kesempatan dan fasilitas yang diperlukan untuk

mengatasi masalah, memenuhi kebutuhan, serta mengembangkan potensi yang dimiliki klien.

## 2. Sebagai Perantara (Broker)

Pekerja sosial berperan sebagai perantara yang menghubungkan individu, kelompok, dan masyarakat dengan lembaga pemberi layanan sosial, seperti dinas sosial dan pemerintah. Dalam proses pendampingan sosial, peran broker mencakup tiga prinsip utama: (a) mampu mengidentifikasi dan melokalisir sumber-sumber masyarakat yang tepat; (b) menghubungkan klien dengan sumber secara konsisten; dan (c) mengevaluasi efektivitas sumber dalam memenuhi kebutuhan penerima manfaat.

## 3. Sebagai Mediator

Sebagai mediator, pekerja sosial menyediakan layanan mediasi jika klien mengalami konflik dengan pihak lain. Tujuannya adalah mencapai kesepakatan yang menguntungkan kedua belah pihak. Menurut Galaway (dalam Suharto, 2010:101), beberapa teknik yang dapat digunakan mediator termasuk membantu pihak yang bertikai mengidentifikasi kepentingan bersama, mencari persamaan nilai, dan memfasilitasi komunikasi agar kedua pihak mau berbicara satu sama lain.

## 4. Sebagai Pembela (*Advocate*)

Dalam praktek sosial, pekerja sosial sering kali berperan sebagai pembela ketika berhadapan dengan sistem politik untuk memastikan bahwa kebutuhan dan sumber daya yang diperlukan masyarakat terpenuhi. Saat pelayanan dan sumber daya sulit diakses oleh masyarakat, pekerja sosial harus memainkan peran sebagai pembela.

### 5. Sebagai Pelindung (*Protector*)

Dalam peran sebagai pelindung, pekerja sosial bertindak untuk kepentingan korban, calon korban, dan populasi berisiko lainnya. Peran ini melibatkan penerapan kekuasaan, pengaruh, otoritas, dan pengawasan sosial. Tugas-tugas pelindung meliputi: (a) menentukan klien utama pekerja sosial; (b) memastikan tindakan sesuai dengan proses perlindungan; dan (c) berkomunikasi dengan semua pihak yang terpengaruh oleh tindakan sesuai dengan tanggung jawab etis, legal, dan rasional dalam praktek pekerjaan sosial.

Pekerja sosial memiliki lima peran utama, sebagai fasilitator yang membantu klien mengatasi masalah, perantara yang menghubungkan dengan layanan sosial, mediator dalam konflik, pembela yang memperjuangkan hak-hak klien, dan pelindung bagi kelompok rentan.

#### **2.3.3 Aras Praktik Pekerjaan Sosial**

Wibhawa dkk (2015) menjelaskan bahwa praktik pekerjaan sosial di tiga tingkatan mikro, meso, dan makro terhubung dengan metode pekerjaan sosial yang meliputi *social case work*, *social group work*, dan *community organization/community development*. Berikut penjelasan mengenai setiap tingkatan praktik dan metode pekerjaan sosial menurut Wibhawa dkk (2015):

1. Mikro (*social case work*): Fokus pada penanganan kasus individu.
2. Meso (*social group work*): Mengutamakan interaksi individu dengan kelompok atau lingkungan sekitarnya, serta mengatasi masalah individu melalui kelompok.

3. Makro (*community organization/community development*): Memusatkan perhatian pada kebijakan pemerintah, kondisi sosial yang dihadapi individu, evaluasi terhadap undang-undang yang relevan, serta aspek pembangunan atau pemberdayaan masyarakat yang sering disebut *community development* (ComDev).

Menurut Payne (2014) menambahkan bahwa metode pekerjaan sosial harus fleksibel dan adaptif untuk dapat memenuhi kebutuhan yang berbeda di setiap tingkat. Pada tingkat mikro, ia menekankan teknik intervensi yang lebih mendalam dan personal. Di tingkat meso, ia mengarahkan pada pembangunan kelompok dan hubungan sosial yang mendukung, sedangkan di tingkat makro, fokus utamanya adalah pada perubahan sistemik dan kebijakan yang mempengaruhi kelompok-kelompok besar.

Secara keseluruhan, praktik pekerjaan sosial melibatkan tiga tingkatan utama: mikro, meso, dan makro. Tingkat mikro berfokus pada penanganan kasus individu, tingkat meso mengutamakan interaksi dalam kelompok, dan tingkat makro menargetkan perubahan sistemik dan kebijakan. Pendekatan ini, seperti diuraikan oleh berbagai ahli, menunjukkan pentingnya metode yang sesuai di setiap tingkat untuk meningkatkan kesejahteraan individu dan masyarakat secara menyeluruh.

## **1.4 Kajian Tentang Praktik Pekerjaan Sosial Sekolah**

### **2.4.1 Pengertian Pekerjaan Sosial Sekolah**

Pekerja sosial sekolah merupakan bagian integral dari sistem sekolah yang memberikan dukungan dan bantuan yang diperlukan untuk keberhasilan siswa disekolah dalam mencapai keberfungsian sosialnya. (Linda Openshaw 2008).

Pekerjaan sosial di sekolah merupakan salah satu bidang praktik pekerjaan sosial yang mencakup berbagai layanan seperti konseling penyesuaian diri di sekolah, tes kemampuan pendidikan, konseling keluarga, dan pengelolaan perilaku. Pekerjaan sosial di sekolah juga bertujuan untuk memastikan bahwa semua anak, termasuk anak-anak dengan kebutuhan khusus (seperti penyandang cacat), mendapatkan hak mereka untuk pendidikan, serta mendukung keluarga mereka. Pekerja sosial di sekolah berusaha menciptakan hubungan yang harmonis dan seimbang antara berbagai unsur di sekolah, seperti antara guru dan siswa, antara sekolah dan orang tua (keluarga), antara sekolah dan masyarakat, serta antara pendidikan dan keluarga. Dengan demikian, pekerja sosial tidak hanya memperhatikan struktur dan kesiswaan, tetapi juga hubungan antara sekolah, keluarga, dan lingkungan sekitar. Pekerja sosial sekolah adalah profesional yang praktiknya dilakukan di sekolah atau lembaga pendidikan, berbeda dari guru BK yang fokus pada pendidikan dan menangani masalah siswa tanpa mempertimbangkan berbagai peran mereka.

#### **2.4.2 Peran Pekerjaan Sosial Sekolah**

Peran pekerja sosial sekolah yang benar-benar tegas/jelas sangat tergantung pada *reevaluasi* dan *refocussing* masalah yang direferal kepada pekerja sosial. Akan tetapi sebagai gambaran tentang peran apa saja yang dapat dimainkan oleh pekerja sosial sekolah, berikut ini dikemukakan beberapa peran yang telah sering dimainkan oleh pekerja sosial sekolah Epi Supiadi (2004).

1. *Truant officer* (petugas yang mengawasi pelajar yang membolos): Peran ini umum di sistem sekolah besar, di mana kemungkinan pembolosan lebih tinggi

dibandingkan di sekolah kecil. Dengan banyaknya pelajar, pengawasan terhadap perilaku mereka menjadi lebih penting, sehingga sekolah besar sering mempekerjakan petugas khusus untuk menangani kasus-kasus pembolosan.

2. *Advokat*: sebagai advokat, pekerja sosial melindungi dan membela hak-hak pelajar yang mungkin dilanggar oleh orang tua, sekolah, atau pihak lain. Peran ini penting ketika pelajar mengalami konflik yang tidak bisa diselesaikan sendiri dan membutuhkan bantuan untuk mendapatkan hak mereka kembali.
3. *Parent-teacher liaison/home-school liaison* (penghubung orangtua dengan guru/penghubung rumah dengan sekolah)
4. *Conferee* (perunding): Dalam pertemuan kasus (*case conference*), pekerja sosial dapat berfungsi sebagai perunding, memimpin dan mengarahkan diskusi yang melibatkan berbagai pihak, termasuk profesional sekolah dan orang tua.
5. *Mediator* (penengah); Pekerja sosial sering kali bertindak sebagai penengah dalam situasi di mana ada konflik atau perbedaan antara dua pihak. Mereka membantu menjembatani perbedaan dan menyelesaikan perselisihan dengan sikap netral.
6. *Broker* (perantara) Sebagai broker, pekerja sosial dapat menghubungkan kelayan dengan sumber-sumber yang menyediakan pelayanan yang dibutuhkan.
7. *Konselor dan/atau therapist* Peran sebagai konselor di sekolah telah banyak dimainkan oleh profesi lain, sehingga pekerja sosial perlu mengetahui batasbatas peran sebagai konselor dan mengembangkan peran yang spesifik. Terdapat kecenderungan untuk lebih memandang pekerja sosial sebagai

seorang therapist daripada seorang konselor. Konselor melaksanakan konseling, sedang therapist melaksanakan psikoterapi.

8. *Team Member* (Anggota tim) Sebagai anggota tim, pekerja sosial dengan profesional lainnya (psikolog, therapist bicara, guru pendidikan khusus, therapist fisik, guru pendidikan reguler) dapat membantu menentukan kebutuhan-kebutuhan khusus dan program tertentu yang dibutuhkan untuk anak-anak tertentu.
9. *Mental Health Consultant* (Konsultan kesehatan mental) Pekerjaan sosial sekolah (dengan pengalaman pelatihan di bidang psikologi sosial dari perilaku individu) dapat bertindak sebagai konsultan untuk aspek relasi manusia sebagai bagian dari kurikulum serta untuk aspek gaya mengajar.
10. *Behavioral Specialist* Spesialis perilaku adalah orang yang memahami perilaku dan secara sistematis menerapkan prinsip-prinsip perilaku, khususnya modifikasi perilaku. Di dalam sekolah, pengetahuan tentang bagaimana mengubah perilaku dapat diterapkan dalam jangka pendek maupun jangka panjang.

## **1.5 Kajian Tentang Latihan Asertif**

### **2.5.1 Pengertian Latihan Asertif**

*Assertive training* adalah prosedurprosedur terapi tingkah laku yang berusaha untuk lebih mudah mengekspresikan perasaan-perasaan yang masuk akal, atau rasa benci dan dendamnya, atau rasa persetujuannya. Menurut Ratnasari & Arifin (2021). Teknik asertif, juga dikenal sebagai "latihan asertif", adalah metode yang digunakan untuk mengajarkan individu untuk menunjukkan perilaku dan perilaku yang

diharapkan, sehingga dapat melatih ketegasan, yang dilakukan untuk membantu orang dalam mengembangkan hubungan yang lebih langsung dalam interaksi interpersonal. Sebagai hasilnya, orang-orang diharapkan dapat mengatasi ketidakmampuannya dengan mempraktekkan keterampilan bergaul yang baru. dan menemukan cara yang lebih baik untuk menyampaikan pikiran dan perasaan mereka secara terbuka dan yakin bahwa mereka memiliki hak untuk menunjukkan reaksi terbuka itu.

Latihan asertif adalah proses pengajaran atau pengembangan kemampuan seseorang untuk mengekspresikan perasaan, keyakinan, dan kebutuhan mereka secara langsung, jujur, dan sesuai, tanpa mengabaikan hak-hak orang lain. Alberti & Emmons (2017). Selain itu menurut menurut Ratnasari & Arifin (2021), assertive training adalah prosedurprosedur terapi tingkah laku yang berusaha untuk lebih mudah mengekspresikan perasaan-perasaan yang masuk akal, atau rasa benci dan dendamnya, atau rasa persetujuannya.

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa latihan asertif adalah suatu pendekatan atau metode yang bertujuan untuk membantu individu mengembangkan kemampuan berkomunikasi secara tegas, jujur, dan langsung, sambil tetap menghormati hak-hak dan perasaan orang lain. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan tanpa menjadi pasif atau agresif. Selain itu, latihan asertif juga berperan penting dalam mengelola konflik interpersonal dan meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan mengurangi stres akibat komunikasi yang tidak efektif.

### 2.5.2 Tujuan Latihan Asertif

Menurut Lutfi (2007), tujuan dari teknik *Assertive Training* adalah sebagai berikut:

1. Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dengan cara yang mencerminkan kepedulian terhadap perasaan dan hak-hak orang lain.
2. Meningkatkan keterampilan perilaku individu sehingga mereka dapat memilih apakah akan berperilaku sesuai yang diinginkan dalam situasi tertentu atau tidak.
3. Mengajarkan individu untuk mengungkapkan diri dengan cara yang menunjukkan kepedulian terhadap perasaan dan hak orang lain.
4. Meningkatkan kemampuan individu untuk mengekspresikan diri secara efektif dalam berbagai situasi sosial.
5. Menghindari kesalahpahaman dengan pihak lain dalam komunikasi.

Menurut Peneva & Mavrodiev (2020) Tujuan latihan asertif adalah untuk membantu individu mengatasi perilaku pasif atau agresif, dan sebagai gantinya mengadopsi perilaku yang lebih tegas. Dengan demikian, individu dapat mencapai keseimbangan dalam interaksi sosial, yang penting untuk membangun hubungan yang sehat dan produktif. Selain itu, latihan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam mempertahankan hak-haknya sambil tetap menghormati hak orang lain.

Berdasarkan kedua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Tujuan utama dari latihan asertif menurut para ahli adalah untuk meningkatkan keterampilan komunikasi yang tegas dan efektif, yang memungkinkan individu untuk

mengekspresikan diri secara jelas dan jujur tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain. Latihan ini juga bertujuan untuk mengurangi stres, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengelola konflik dan menjaga keseimbangan dalam hubungan interpersonal.

### **2.5.3 Manfaat Latihan Asertif**

Menurut Sudrajat (2013), manfaat dari *Assertive Training* meliputi hal-hal berikut:

1. Meningkatkan kemampuan konseli dalam mengekspresikan berbagai aspek emosinya.
2. Membantu konseli untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan pribadinya.
3. Membantu konseli dalam memilih perilaku asertif yang sesuai dengan dirinya.
4. Meningkatkan kemampuan konseli untuk menyampaikan hak-hak dasarnya sendiri tanpa menolak atau mengganggu hak orang lain.

Manfaat latihan asertif menurut Corey (Nursalim, 2013) mengatakan bahwa latihan asertif dapat membantu peningkatan kemampuan mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Dengan menggunakan teknik *Assertive Training*, diharapkan individu dapat mengembangkan dan meningkatkan kepercayaan diri, menerima diri sendiri sepenuhnya termasuk kelemahan dan kelebihan dan merasa nyaman dalam menyampaikan pikiran, perasaan, dan keinginan mereka kepada orang lain tanpa rasa cemas.

#### 2.5.4 Langkah-Langka Latihan Asertif

1. Kenali dan Pahami Hak Anda

Pahami bahwa Anda berhak untuk mengungkapkan perasaan, pendapat, dan kebutuhan Anda tanpa merasa bersalah.

2. Evaluasi Pemikiran Negatif

Identifikasi dan ubah pemikiran negatif yang menghambat perilaku asertif, seperti rasa takut atau rasa tidak aman.

3. Gunakan Pernyataan "Saya"

Gunakan pernyataan yang dimulai dengan "Saya" (misalnya, "Saya merasa...") untuk menyampaikan perasaan Anda secara jujur tanpa menyalahkan orang lain.

4. Perhatikan Bahasa Tubuh

Ciptakan bahasa tubuh yang terbuka dan percaya diri, seperti menjaga kontak mata dan postur tubuh yang tegak.

5. Tolak dengan Sopan

Belajar untuk mengatakan "tidak" dengan tegas namun sopan. Jangan merasa bersalah atau terbebani oleh penolakan.

6. Tetapkan Batasan yang Jelas

Tentukan batasan pribadi dalam hubungan sosial dan profesional, dan tegakkan batasan tersebut secara asertif.

7. Ungkapkan Emosi dengan Jujur

Latih diri untuk mengungkapkan perasaan Anda dengan jujur, baik itu positif maupun negatif, dalam situasi yang sesuai.

8. Praktikkan Mendengarkan Aktif

Asertif juga mencakup kemampuan untuk mendengarkan dengan penuh perhatian, mengerti, dan memberikan respon yang sesuai.

9. Terima Kritik Konstruktif

Belajar untuk menerima kritik dengan sikap positif, tanpa merasa terancam atau defensif.

10. Buat Keputusan yang Tegas

Ambil keputusan dengan percaya diri, meski kadang-kadang itu mungkin bertentangan dengan pendapat orang lain.

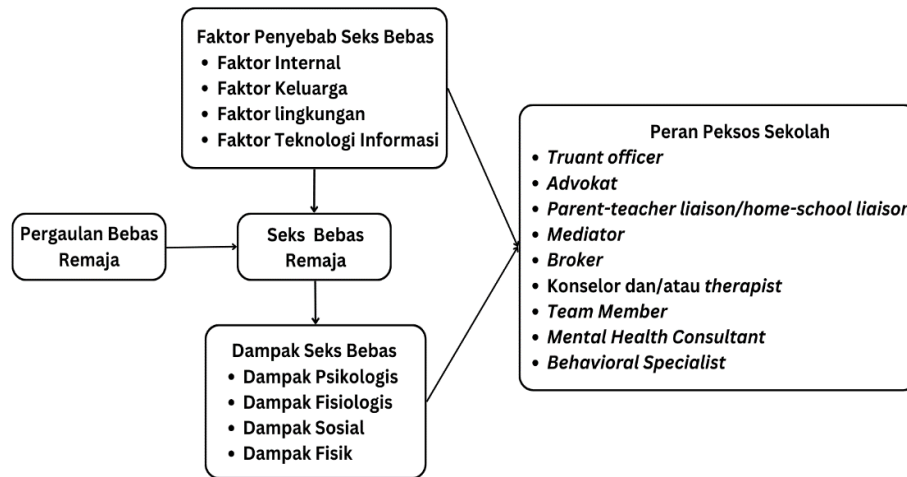
11. Perkuat Kepercayaan Diri

Membangun dan menjaga rasa percaya diri adalah kunci untuk menjadi lebih asertif dalam berkomunikasi.

12. Latihan dalam Berbagai Situasi

Praktikkan asertivitas dalam berbagai konteks, baik dalam situasi pribadi maupun profesional, untuk meningkatkan kemampuan komunikasi Anda.

## 2.6 Kerangka Berpikir



**Gambar 2.1 Kerangka Berpikir**

Berdasarkan kerangka berpikir diatas, penelitian ini akan meneliti mengenai Sikap siswa terhadap pergaulan bebas di SMA PGII 1 Kota Bandung. Pergaulan bebas ini dilihat berdasarkan 4 jenis yaitu pergaulan bebas yaitu perzihan, kumpul kebo, hamil di luar nikah dan keluyuran. Dimana empat aspek tersebut hanya satu yang akan dijadikan sebagai acuan pembuatan kuisioner. Setelah penelitian dilakukan akan menunjukkan apakah sikap siswa terhadap pergaulan bebas di SMA PGII 1 Kota Bandung tergolong pada setuju atau tidak setuju. Hasil tersebut akan menjadi bahan pertimbangan untuk program alternatif yang disarankan menyesuaikan keadaan di SMA PGII 1 Kota Bandung.