

Rasa Bersalah dan Strategi Coping Pada Mahasiswa yang Putus Hubungan Setelah Melakukan Seks Pranikah

Stella Nita Lontolawa¹

Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda

Abstract. *Research on guilt and coping strategies in students who break up after premarital sex using qualitative research based on a case study approach, the method of data collection in this study using observation and in-depth interviews in all four subjects. Respondents were drawn based on purposeful sampling, that the selection of subjects and informants in the study based on the characteristics that meet the objectives that have been defined. The purpose of this study is to describe and analyze the dynamics of guilt and coping strategies in students who putusu relationship after premarital sex. The results showed that in all four subjects have guilt and different coping strategies in the face of premarital sex they have ever done. On the subject of AR he has guilt for having premarital sex, but the guilt he felt could transform itself to be better than ever because it is supported by the coping strategies used by the AR. On the second subject, namely WA, he has a sense of guilt he felt sorry for having premarital sex and thinks there are no more men are willing to accept if it was not a virgin anymore. Since the subject of a breakup with his girlfriend he had the idea that all men menginginkan only women do that is still a virgin. Further subjects MM, who have a sense of guilt, he felt sorry to have given her virginity to her boyfriend once. By the time he was cheated by her boyfriend dating and that's what makes the subject so hated men plus he had marital relationship with her boyfriend. On the subject CJ he has a sense of guilt, he was disgusted with himself and regarded as the guiltiest of abortion. Subject still half-heartedly accept the situation because the subject can not be afraid to have children because abortion ever.*

Keywords: *guilt, coping strategies, premarital sex*

Abstrak. Penelitian tentang strategi rasa bersalah dan koping pada siswa yang putus setelah hubungan seks pranikah menggunakan penelitian kualitatif berdasarkan pendekatan studi kasus, metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara mendalam pada keempat subjek. Responden diambil berdasarkan purposive sampling, yaitu pemilihan subyek dan informan dalam penelitian berdasarkan karakteristik yang memenuhi tujuan yang telah ditetapkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan menganalisis dinamika rasa bersalah dan strategi koping pada siswa yang putus hubungan setelah melakukan hubungan seks pranikah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada keempat subjek memiliki rasa bersalah dan strategi koping yang berbeda dalam menghadapi seks pranikah yang pernah mereka lakukan. Mengenai masalah AR, ia merasa bersalah karena melakukan hubungan seks pranikah, tetapi rasa bersalah yang ia rasakan dapat mengubah dirinya menjadi lebih baik dari sebelumnya karena didukung oleh strategi koping yang digunakan oleh AR. Pada subjek kedua, yaitu WA, ia memiliki rasa bersalah ia merasa menyesal telah melakukan hubungan seks pranikah dan menganggap tidak ada lagi pria yang mau menerima jika bukan perawan lagi. Karena subjek putus dengan pacarnya ia punya ide bahwa semua lelaki hanya menginginkan perempuan yang masih perawan. Subjek selanjutnya MM, yang memiliki rasa bersalah, ia merasa menyesal telah memberikan keperawanannya kepada pacarnya sekali. Pada saat ia ditipu oleh pacarnya yang berpacaran dan itulah yang membuat subjek pria begitu dibenci ditambah ia memiliki hubungan perkawinan dengan pacarnya. Pada subjek CJ ia memiliki rasa bersalah, ia merasa jijik dengan dirinya sendiri dan dianggap sebagai yang paling bersalah melakukan aborsi. Subjek masih setengah hati menerima situasi tersebut karena subjek tidak bisa takut punya anak karena aborsi.

Kata kunci: rasa bersalah, strategi koping, seks pranikah

¹ Email: stella@gmail.com

PENDAHULUAN

Pada masa dewasa, mahasiswa diharapkan mampu untuk bertanggung jawab dan memikirkan hal-hal penting dalam hidupnya. Bentuk tanggung jawab seperti mulai serius belajar demi karir di masa depan, atau memilih pasangan yang lebih serius telah mulai ditekuni oleh individu dewasa. Menurut teori perkembangan Erikson mahasiswa masuk dalam tahap keenam yaitu tingkatan Intimacy Vs Isolation (21-40 tahun). Pada tahap ini, terjadi perubahan pada fisik dan jiwa di masa biologis. Tahap ini merupakan masa standarisasi diri yaitu individu mencari identitas dalam bidang seksual, umur dan kegiatan. Peran orang tua sebagai sumber perlindungan dan nilai utama mulai menurun.

Santrock (2007) mengatakan masa dewasa awal adalah masa untuk bekerja dan menjalin hubungan lawan jenis yang terkadang menyisakan waktu untuk hal lainnya. Pada masa ini, individu mulai membangun hubungan dengan individu yang paling dicintai, dipercayai dan dibina sebelumnya. Hubungan tersebut yang kita kenal dengan istilah pacaran. Tetapi pada kenyataannya, kelompok dewasa awal yang dianggap telah mampu melaksanakan tugas-tugas perkembangannya seperti memenuhi tanggung jawab dan komitmen justru menunjukkan perilaku sebaliknya dalam perilaku berpacaran. Seringkali ditemukan perilaku berpacaran pada masa ini menuju pada perilaku seksual pranikah.

Perilaku berpacaran atau menjalin hubungan romantis dengan pasangan dalam era globalisasi ini cenderung mengadopsi budaya barat, sehingga perilaku yang diwujudkan lebih bersifat permisif. Pasangan yang sedang berpacaran, lebih memungkinkan untuk melakukan kontak fisik berupa sentuhan kepada pasangannya. Hal ini dapat menimbulkan sensasi yang menyenangkan dan bila hal ini tidak dikontrol oleh keduanya maka dapat mengakibatkan tindakan-tindakan yang menjurus pada perilaku seksual pranikah. Perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenisnya maupun dengan sesama jenis (Sarwono, 2007). Dapat juga dikatakan bahwa motivasi pacaran remaja saat ini sudah berubah pada orientasi keintiman fisik/seksual, sehingga yang akan ditonjolkan di sini adalah pemuasan hawa nafsu, bukan untuk pengenalan pribadi pasangannya (Adriansyah dan Hidayat, 2013).

Amrillah (2001) mengungkapkan bahwa perilaku seksual pranikah adalah perilaku seks yang dilakukan tanpa melalui proses pernikahan yang resmi menurut hukum maupun menurut agama dan kepercayaan masing-masing individu. Prastawa & Lailatushifah (2009) menyatakan bahwa perilaku seksual pranikah adalah segala macam tindakan seperti bergandengan tangan, berciuman sampai dengan bersenggama yang dilakukan dengan adanya dorongan hasrat seksual yang dilakukan sebelum ada ikatan pernikahan yang sah.

Data PKBI yang dirilis pada tahun 2014 tentang perilaku seksual remaja di Kota Samarinda, didapatkan bahwa 25% remaja pernah melakukan hubungan seksual (HUS). Sementara usia remaja yang melakukan hubungan seksual pada usia 15-16 tahun sebesar 23%, dan 35% pada usia 17-18 tahun serta usia diatas 18 tahun sebesar 25%. Mereka melakukan hubungan seksual bersama pacar sebesar 77% dan hubungan seksual dilakukan dirumah sebesar 52%. Remaja juga pernah menonton video porno sebesar 60% dan didapat melalui teman sebaya sebesar 59% serta melalui HP sebesar 57%. Sementara 61% mereka mengatakan masih membutuhkan informasi atau pengetahuan tentang hubungan seksualitas sebesar 61% (PKBI Provinsi Kaltim, 2014). Pusat Studi Wanita (PSW) bekerja sama dengan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dalam Sobary (2011), menemukan fakta bahwa para pelaku seks bebas rata-rata menyesali perbuatannya dan mengaku perilaku itu tidak benar atau salah. Mereka sadar seks bebas itu hanya merugikan dirinya sendiri dan dilarang agama dan bisa mendapatkan dampak, dalam penyesalannya mereka mengaku merasa bersalah, sehingga mempunyai perasaan menyesal dan merasa malu telah mereka lakukan.

Perilaku seksual pranikah dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pertama dampak fisiologis, perilaku seksual pranikah diantaranya kehamilan tidak diinginkan, aborsi, resiko terkena penyakit menular seksual (PMS) dan resiko tertular Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immune Deficiency Syndrome (HIV/AIDS) jika remaja melakukan hubungan seks dengan berganti-ganti pasangan (Santrock 2007). Kedua, dampak psikologis Menurut Sarwono (2007) dampak psikologis dari perilaku seksual pranikah diantaranya perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, bersalah dan berdosa. Dampak sosial dari perilaku seksual pranikah diantaranya dikucilkan, cemoohan masyarakat, putus

sekolah pada remaja perempuan yang hamil, dan perubahan peran ibu.

Uraian diatas didukung pada hasil data wawancara yang dilakukan pada subjek AR pada tanggal 18 April 2016 bertempat dikos subjek. AR mengatakan kalau dahulu ia adalah seseorang yang mempunyai pergaulan yang bebas dan ia suka minum-minuman beralkohol dengan pasangannya. AR sampai melakukan pranikah karena dijanjikan akan dinikahi oleh pasangannya. Dan mengatakan kalau melakukan seks pranikah adalah bukti tanda cinta. AR merasa kotor, menyesal dan tidak mau melakukan seks pranikah lagi. Subjek menuturkan kalau semua yang ia lalui banyak sekali pelajaran yang dapat ia ambil. Sekarang AR merasa lebih dekat dengan Allah.

Selanjutnya wawancara kedua pada subjek WA, yang dilakukan pada tanggal 25 April 2016 bertempat dikos subjek. WA mengatakan mau melakukan seks pranikah karena dijanjikan akan dinikahi, selain itu juga karena sering nonton video porno di handphone. Subjek WA putus dengan pacar pertama merasa sangat menyesal dan menjadi pendiam. WA merasa malu akan perbuatannya karena ia baru menyadari bahwa tindakan yang pernah ia lakukan dilarang oleh agama. Sekarang WA sudah bertunangan, WA khawatir kalau nanti akan ditinggal atau diakhiri hubungannya oleh tunangannya karena tunangannya belum mengetahui bagaimana masa lalu WA yg sudah tidak gadis lagi.

Wawancara ketiga dengan subjek MM yang dilakukan pada tanggal 3 Mei 2016 bertempat dikos subjek. MM mengatakan mau melakukan hubungan seks pranikah awalnya coba-coba tetapi malah keterusan. Setelah itu MM diakhiri hubungannya oleh pasangannya ia merasa kecewa dan emosi serta tidak mau makan selama seminggu. MM sangat membenci dirinya karena sudah tidak gadis lagi, merasa laki-laki sudah tidak pantas untuk dia, tidak mau percaya lagi dengan laki-laki. Sehingga sekarang MM menjadi penyuka sesama jenis (lesbian). Teman-teman MM yang mengetahui kalau MM lesbian hanya bisa memberi nasehat agar MM segera bertobat.

Wawancara Keempat dengan subjek CJ yang mengatakan bahwa mau melakukan seks pranikah karena sayang sekali dengan pasangannya, CJ melakukan seks pranikah hingga hamil lalu aborsi kemudian CJ putus dan ia merasa trauma dalam hidupnya. CJ memandang dirinya kotor dan jijik, CJ takut dan cemas kalau nanti dia tidak bisa mendapatkan keturunan karena pernah melakukan aborsi. Sekarang

CJ hanya bisa memperbaiki diri dan sedang menjalani hipnotis untuk mengurangi bayang-bayang pada saat ia melakukan aborsi.

Uraian diatas didukung dengan adanya penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wahyudin Iman (2009) Hasil penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara perilaku seksual dengan rasa bersalah pada remaja di Kelurahan Bojongsari Sawangan Depok. Hal ini berarti semakin tinggi perilaku seksual yang dilakukan oleh individu, maka akan diikuti dengan tingginya rasa bersalah pada diri individu tersebut begitu juga sebaliknya.

Perasaan-perasaan negatif seperti hilangnya keperawanan, rasa malu, rasa bersalah, rasa berdosa, kotor, takut, akan timbul setelah mereka melakukan hubungan seks pranikah (Sarwono 2007). Selain menimbulkan dampak yang negatif, seks pranikah juga dapat mengakibatkan terganggunya hubungan seseorang dilingkungan masyarakat seperti dikucilkan oleh teman, hilangnya rasa percaya terhadap laki-laki, khawatir tidak ada lagi yang mau dengan dirinya, menjadi penyuka sesama jenis. Dampak negatif yang dirasakan oleh individu yang melakukan seks pranikah menimbulkan rasa bersalah mendalam. Coleman (2000) rasa bersalah adalah suatu emosi yang bersifat universal yang dimiliki oleh setiap manusia. Satu hal yang dirasakan seseorang pada saat dia melakukan suatu kesalahan dan diberlakukan terhadap dirinya sendiri, seperti cinta yang dapat merusak seperti rasa benci. Hal ini terasa sangat membebani, ditambah lagi jika mereka yang telah putus hubungan setelah melakukan seks pranikah. Jika hal tersebut tidak segera diatasi akan berpotensi menimbulkan masalah baru yang mengganggu aktifitas individu. Untuk itu diperlukan adanya strategi coping terhadap apa yang dialami.

Coping adalah upaya untuk mengelola situasi yang membebani, memperluas usaha untuk mencegah masalah-masalah hidup, dan berusaha untuk mengatasi atau mengurangi stres (Santrock, 2007). Sedangkan Gowan (2010) mendefinisikan strategi coping sebagai upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengelola tuntutan eksternal dan internal yang dihasilkan dari sumber stres. Menurut Baron & Byrne (2005) menyatakan bahwa coping adalah respon individu untuk mengatasi masalah, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi.

Penelitian yang dilakukan Tangney, Miller, Flicke & Barlow dijelaskan bahwa pengalaman rasa bersalah yang dialami oleh 182 mahasiswa mengalami dimensi struktural dan fenomenologis, didalam rasa bersalah terdapat emosi dan rasa malu yang berbeda. Rasa bersalah mahasiswa mempengaruhi seseorang untuk menyadari dan mengevaluasi adanya pelanggaran moral yang telah dilakukan.

Penelitian yang dilakukan Markova & Nikitskaya (2013) Strategi coping remaja akhir dalam mengatasi perilaku menyimpang. Hasil dari penelitian ini adalah Mencapai hasil positif tergantung pada pemahaman yang sebenarnya stres yang dihadapi oleh remaja, cara mereka memahami peristiwa stres, dan bagaimana remaja bereaksi dan mengatasi masalah dengan menggunakan strategi coping. Bentuk coping seperti problem focused coping dan emotion focused coping yang remaja gunakan untuk dapat mengatasi peristiwa stres.

Penelitian yang dilakukan Lestari (2014) tentang strategi coping pada remaja korban perceraian orang tua, Hasil dari penelitian ini adalah subjek remaja dalam penelitian ini lebih cenderung menggunakan strategi emotion focused coping, yaitu strategi yang berfokus pada emosi, subjek yang mengalami perceraian orang tua pada masa remaja cenderung menggunakan emotion focused coping, yaitu coping escapism, minimization dan coping seeking meaning. Remaja ini lebih sering menggunakan emotion focused coping yang berfokus pada bentuk coping seeking meaning sehingga remaja ini dapat menerima perceraian orang tuanya dengan mengambil hikmah dari apa yang telah terjadi dan menyerahkan segala keadaan kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Dijaman sekarang seks pranikah sudah dianggap biasa dilakukan dikalangan mahasiswa, bahkan mereka sudah mengetahui akan dampak negatif dari seks pranikah itu sendiri akan tetapi mereka masih mau melakukan seks pranikah. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang gambaran dinamika rasa bersalah dan strategi coping terhadap mahasiswa yang putus hubungan setelah melakukan seks pranikah.

TINJAUAN PUSTAKA

Seks Pranikah

Perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan

jenisnya maupun dengan sesama jenis yang dilakukan tanpa melalui proses pernikahan yang resmi menurut hukum maupun menurut agama dan kepercayaan masing-masing individu. Sarwono, (2007)

Rasa Bersalah

Rasa bersalah adalah suatu emosi yang bersifat universal yang dimiliki oleh setiap manusia. Satu hal yang dirasakan seseorang pada saat dia melakukan suatu kesalahan dan diberlakukan terhadap dirinya sendiri, seperti cinta yang dapat merusak seperti rasa benci. Coleman, (2000)

Strategi Coping

Strategi Coping adalah suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber- sumber data yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressfull* (situasi yang penuh tekanan) (Lazarus dan Folkman, 1984).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan didalam penelitian ini adalah jebis penelitian metode kualitatif berdasarkan pendekatan studi kasus, metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan wawancara mendalam pada keempat subjek. Responden diambil berdasarkan purposeful sampling yaitu pemilihan subjek dan informan dalam penelitian secara khusus subjek yang terlihat dalam penelitian ini memiliki ciri-ciri seperti berjenis kelamin wanita, berstatus belum menikah, tidak memiliki gangguan komunikasi (untuk kepentingan wawancara), bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian secara utuh.

Teknik analisa data pada penelitian ini adalah menentukan tempat atau individu, memperoleh akses dan membangun hubungan, *sampling purposeful*, merekam informasi, memecahkan persoalan lapangan, menyimpan data.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, subjek yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah wanita yang telah melakukan seks pranikah dan telah putus hubungan, yang berusia 21-23 tahun, dan masih berstatus mahasiswa. Rasa bersalah pada masing-masing subjek

berbeda-beda. Pada subjek AR gambaran rasa bersalah yang ia rasakan adalah AR merasa bahwa lingkungannya tidak mempedulikannya (diacuhkan oleh lingkungan sekitar) dan minder dengan perempuan yang masih bisa menjaga keperawanannya. Faktor pergaulan yang semakin bebas dan penyebaran informasi melalui media massa jugalah yang memengaruhi dan yang menyebabkan AR mau melakukan seks pranikah. AR sering menonton video porno dari handphone milik kekasihnya. Sehingga dampak perilaku seks pranikah yang timbul adalah dampak psikologis, yang menyebabkan AR menjadi takut dan merasa bahwa lingkungannya tidak mempedulikannya (diacuhkan oleh lingkungan sekitar), AR merasa minder dengan perempuan yang masih bisa menjaga keperawanannya. Seperti yang telah dikemukakan oleh (Sarwono, 2007) Dampak psikologis dari perilaku seksual pranikah diantaranya perasaan marah, takut, cemas, depresi, rendah diri, bersalah dan berdosa. Dampak sosial dari perilaku seksual pranikah diantaranya dikucilkan, cemoohan masyarakat, putus sekolah pada remaja perempuan yang hamil, dan perubahan peran ibu.

Pada saat AR terpuruk, teman AR datang untuk menghibur dan menuntun AR ke jalan yang baik. Sehingga AR mendekatkan diri pada Allah dan memperbanyak bersyukur. AR merasa damai dihatinya saat ia sholat dan mengaji, saat mengaji dan sholat disitu ia mendapat jawaban kalau ia memang berdosa tetapi perlahan subjek mengetahui kalau Allah bisa mengampuninya kalau ia mau mengaku dan tidak melakukan seks pranikah lagi, menurut subjek masih ada harapan serta masih ada tempat untuk orang berdosa buat berubah disitulah letak titik balik subjek sampai ia dapat menerima dirinya yang sekarang. Saat subjek merasa berdosa ia datang kepada Allah minta ampun dan berusaha untuk hidup lebih baik lagi kedepannya dan subjek percaya kalau Allah sudah menyiapkan masa depan yang indah untuknya. Saat ini AR menjadi motivator dikalangan sekitar, mengajarkan anak-anak les dan mengaji karena subjek ingin menjadi orang yang berguna buat orang-orang disekitarnya.

Pada subjek WA Faktor pergaulan yang semakin bebas yang menyebabkan WA melakukan seks pranikah dengan kekasihnya dan awalnya WA menyesal karena telah melakukan seks pranikah. Tetapi setelah batal menikah dengan tunangnya WA berpikir kalau laki-laki hanya mau dengan perempuan yang masih perawan sehingga sekarang WA tidak

menghargai dirinya lagi dari situlah WA mulai ketagihan dengan seks yaitu tepatnya pada saat ia putus dan mulai bergaul dengan laki-laki yang dianggapnya hanya main-main dan tidak pernah serius dengan wanita. WA sering melakukan hubungan seks dengan laki-laki yang baru diajaknya berkenalan sampai tidak dapat terhitung. Sehingga dampak perilaku seks pranikah yang timbul adalah dampak fisiologis yaitu resiko terkena PMS (penyakit menular seks) karena WA melakukan seks pranikah dengan berganti-ganti pasangan.

Seperti yang telah dikemukakan (Santrock, 2003) dampak fisiologis dari perilaku seksual pranikah diantaranya kehamilan tidak diinginkan, aborsi, resiko terkena penyakit menular seksual (PMS) dan resiko tertular Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immune Deficiency Syndrome (HIV/AIDS) jika remaja melakukan hubungan seks dengan berganti-ganti pasangan. Dan dampak psikologis yaitu rendah diri sehingga WA menganggap dirinya sekarang sudah tidak ada harganya lagi untuk itu dia sekarang menikmati dan subjek merasa ketagihan dengan seks bebas. Selanjutnya subjek MM Faktor pergaulan yang semakin bebaslah yang menyebabkan MM melakukan seks pranikah. Setiap kali MM berpacaran ia selalu melakukan seks pranikah. Itu dilakukan selama 3 tahun berpacaran. Sampai pada akhirnya MM diselingkuhi oleh kekasihnya dan MM merasa tidak terima diakhiri hubungannya begitu saja sehingga dari situ timbullah rasa benci MM terhadap laki-laki. Semenjak putus dari kekasihnya MM menjadi kurang percaya diri dan berkumpul dengan teman-teman perempuannya. MM merasa nyaman dan diterima dilingkungan tempat pergaulannya yang sekarang. Karena teman-teman MM adalah lesbi (penyuka sesama jenis) maka MM ikut menjadi seorang lesbian ditambah lagi ia sangat membenci laki-laki.

Sehingga dampak perilaku seks pranikah yang timbul yaitu dampak psikologis, MM menjadi depresi merasa dikucilkan oleh orang-orang sekitar karena MM menjadi seorang penyuka sesama jenis (lesbi). Rasa bersalah yang dirasakan MM menjadi kurang percaya diri dengan keadaannya yang sudah tidak perawan lagi. MM malu karena berpikir telah gagal menjadi perempuan karena tidak bisa menjaga kegadisannya.

Pada subjek CJ faktor pergaulan yang semakin bebas yang mempengaruhi CJ melakukan seks pranikah. Dampak perilaku seks pranikah yang timbul adalah dampak fisiologis seperti aborsi. CJ melakukan

aborsi saat usia kandungannya 6 minggu, CJ dipaksa oleh kekasihnya untuk melakukan aborsi. Setelah aborsi CJ mengalami pendarahan selama 3 hari. Seperti yang telah dikemukakan (Santrock, 2003) dampak fisiologis dari perilaku seksual pranikah diantaranya kehamilan tidak diinginkan, aborsi, resiko terkena penyakit menular seksual (PMS) dan resiko tertular Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immune Deficiency Syndrome (HIV/AIDS) jika remaja melakukan hubungan seks dengan berganti-ganti pasangan.

Dampak psikologis juga dirasakan oleh CJ, CJ merasa takut dan cemas kalau nantinya ia tidak bisa memiliki anak. CJ juga merasa berdosa karena ia telah melakukan aborsi. Rasa bersalah yang dirasakan oleh CJ adalah merasa dirinya kotor karena melakukan seks pranikah. Berdasarkan hasil wawancara pada penelitian ini, bahwa keempat subjek merupakan mahasiswa telah putus hubungan setelah melakukan seks pranikah dan memiliki rasa bersalah yang sama tetapi tiap subjek menggunakan strategi coping yang berbeda sehingga itulah yang membedakan sikap yang diambil oleh tiap subjek. Terlihat bahwa ada dua subjek yang menggunakan coping yang tidak tepat sehingga perilaku kedua subjek tersebut mengarah kepada perilaku yang negatif. Dan dua subjek lagi menggunakan copingnya dengan baik sehingga perilaku yang dihasilkan adalah perilaku positif.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Keempat subjek merupakan seorang wanita dewasa awal yang telah melakukan seks pranikah lalu putus hubungan. Pada subjek pertama yaitu AR mempunyai rasa bersalah karena telah melakukan seks pranikah, akan tetapi rasa bersalah yang ia rasakan dapat merubah dirinya menjadi lebih baik dari sebelumnya karena didukung oleh strategi coping yang digunakan oleh AR. Strategi coping yang digunakan oleh subjek yaitu problem focused coping (mencari dukungan sosial yang bersifat instrumental seperti mencari dukungan dan lingkungan yang baik sehingga ia dapat berubah kejalan yang lebih baik dari sebelumnya). Dan emotional focused coping (kembali kenilai-nilai religiusitas seperti ia tidak memikirkan kesalahan yang pernah ia lakukan subjek hanya memperbanyak berdoa dan beribadah untuk mendekatkan diri

kepada Allah, dan subjek hanya fokus untuk berbuat baik dan bisa berguna untuk orang lain).

2. Pada subjek kedua yaitu WA, ia memiliki rasa bersalah ia merasa menyesal karena telah melakukan seks pranikah dan menurutnya tidak ada lagi laki-laki yang mau menerima kalau sudah tidak perawan lagi. Semenjak subjek putus hubungan dengan kekasihnya ia mempunyai pemikiran bahwa semua laki-laki hanya menginginkan peempuan yang masih perawan. Sekarang subjek tidak dapat menahan diri dan tidak bisa mengotrol diri untuk tidak melakukan hubungan seks, ia melakukan hubungan tersebut kepada siapa saja bahkan laki-laki yang baru dikenalnya. Ia merasa kalau ia sudah ketagihan melakukan seks pranikah karena ia menganggap dirinya sudah tidak mempunyai harga diri lagi sehingga tidak ada lagi yang perlu diperbaiki didalam dirinya.
3. Selanjutnya subjek MM, yang memiliki rasa bersalah, ia merasa menyesal telah memberikan keperawanannya kepada kekasihnya yang dulu. Pada saat berpacaran ia diselingkuhi oleh kekasihnya dan itulah yang membuat subjek sangat membenci laki-laki ditambah lagi ia sudah melakukan hubungan suami istri dengan kekasihnya. Strategi coping yang digunakan subjek MM ialah problem focused coping (mencari dukungan yang bersifat instrumental Saat merasa benci terhadap laki-laki subjek datang kepada teman-teman perempuannya yang lesbi, disitu subjek merasa ia dihargai dan dianggap. Subjek juga merasa nyaman kalau sedang berkumpul dengan perempuan). Sekarang subjek tidak mau kenal lagi dengan laki-laki dan menikmati berpacaran dengan sesama jenis (lesbian).
4. Pada subjek CJ ia memiliki rasa bersalah, ia merasa jijik dengan dirinya dan menganggap sebagai orang yang paling berdosa karena telah melakukan aborsi. Subjek masih setengah hati menerima keadaannya karena subjek takut tidak bisa memiliki anak karena pernah aborsi. Subjek juga takut nantinya tidak ada yang mau menikah dengannya saat tau masa lalu subjek yang buruk. Strategi coping yang digunakan oleh subjek yaitu problem focused coping (aktif mengatasi masalah sekarang subjek sedang menjalankan hipnotis agar menghilangkan bayang-bayang pada saat aborsi, ia juga menjadi pelayan disebuah rumah makan agar ia tidak sendiri. Dan emotion focused coping (kontrol diri WA menghindari dan menjaga jarak dengan laki-laki,

WA juga sudah tidak mempunyai keinginan untuk melakukan seks pranikah dengan laki-laki).

Saran

1. Bagi subjek yang memiliki rasa bersalah dan strategi coping dalam bentuk problem focused coping harus mempertahankannya, dengan cara menjauhi pergaulan yang dapat merusak diri dan membentengi diri dengan agama. Dengan cara mengikuti seminar tentang seks bebas dan mengikuti kegiatan keagamaan.
2. Subjek yang memiliki rasa bersalah dan strategi coping dalam bentuk emotional problem focused harus mengevaluasi diri dan menjauhi pergaulan yang buruk karena dapat memberi pengaruh yang tidak baik. Dan disarankan untuk diberikan konseling dan terapi dengan bantuan profesional psikolog.
3. Bagi pihak keluarga diharapkan dapat mengontrol pergaulan anak, mencari tau siapa saja teman bergaul anak dan lebih intens dalam berkomunikasi. Hal ini bertujuan agar keluarga menjadi tempat yang nyaman dan aman bagi anak
4. Bagi peneliti selanjutnya, perlu memperluas kajian dengan melibatkan variabel lain, seperti pengaruh lingkungan sosial dan lebih memperkaya data wawancara secara mendalam lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Adriansyah, M. A., & Hidayat, K. (2013). Pengaruh Harga Diri Dan Penalaran Moral Terhadap Perilaku Seksual Remaja Berpacaran. *Jurnal Psikostudia*, 2(1), 1-9.

- Amrillah, A. A., Prasetyaningrum, J., & Hertinjung, W. S. (2001). Hubungan antara Pengetahuan Seksualitas dan Kualitas Komunikasi Orang Tua-Anak dengan Perilaku Seksual Pranikah. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Baron, R. A & Byrne, D.E, (2005). *Social Psychology* (11th ed), USA: Pearson.
- Coleman, Vernon. (2001). *Rasa salah: mengapa terjadi, bagaimana mengatasinya*, Jakarta. Arcan Press
- Gowan. (2010). *The Development of The Creative Individual*, San Diego: Robert Knapp.
- Lazarus, R. S. (1990). Theory-based stress measurement. *Psychological inquiry*, 1(1), 3-13.
- Lestari Winda D. (2014). Penerimaan Diri dan Strategi Coping Pada Remaja Korban Perceraian Orang Tua. *eJournal Psikologi*, 2(1).
- Markova, S., & Nikitskaya, E. (2017). Coping strategies of adolescents with deviant behaviour. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(1), 36-46.
- Perhimpunan Keluarga Berencana Indonesia. (2014). Hasil Survei Pada Remaja di Kota Samarinda, Kalimantan Timur
- Prastawa, D.P & Lailatushifah, S.N.F. (2009). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Prilaku Seksual Pranikah Remaja Putri. *Jurnal Psikologi*, 2(2).
- Santrock, J. W. (2007). Remaja edisi 11 jilid 1. *Jakarta: Erlangga*.
- Sarwono, S.W. (2007). Psikologi Remaja. *Jakarta: Rajawali Pers*.