

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada tahap perkembangan remaja, individu memiliki tugas perkembangan membangun hubungan intim dengan lawan jenis yang berguna untuk membentuk hubungan berpacaran pada masa dewasa dan hubungan pernikahan nantinya. Erikson melihat perkembangan dari membangun suatu hubungan intim sebagai hal yang penting dari tahap perkembangan dewasa muda. (Harvey & Omarzu, 1997; Reis & Patrick, 1996; Papalia et al., 2007). Pengalaman dalam berhubungan romantis merupakan bentuk dari perkembangan *identity* dan *intimacy* (Erikson, 1968 dalam Santrock, 1998). *Intimacy* seharusnya berkembang sejalan dengan perkembangan identitas yang stabil dimana remaja yang memiliki hubungan intim yang sehat dengan individu lain, akan mencapai *intimacy* dan apabila tidak yang terjadi adalah terisolasi.

Dalam suatu studi yang dilakukan Conolly & Johnson (dalam Santrock, 1998) dikatakan bahwa remaja yang terlibat dalam hubungan romantis merasakan berkurangnya perasaan terisolasi secara sosial dan kesepian. Dengan berpacaran, seorang individu merasa memiliki seseorang dan juga untuk melakukan aktivitas-aktivitas bersama-sama. Selanjutnya berhubungan intim mendapatkan perhatian yang besar untuk beberapa individu karena berhubungan dengan orang yang mereka cintai merupakan aspek sentral dalam hidup mereka. Mereka akan mendapat kebahagiaan terbesar ketika hubungan ini berjalan lancar dan merasakan kesedihan yang mendalam ketika hubungan ini berakhir dengan buruk (Brehm, 1992).

Menurut Brehm (1992), terdapat beberapa dimensi dari hubungan intim, yaitu intensitas dari hubungan, komitmen agar hubungan bertahan lama, emosi, seksualitas, dan perbedaan gender dalam pendekatan hubungan intim. Seksualitas disini merupakan faktor yang terlepas dari keintiman secara psikologis. Beberapa hubungan intim diartikan sebagai seks dan beberapa tidak. Beberapa hubungan diartikan dengan keintiman secara psikologis dan beberapa tidak. Perilaku seksual menurut Sarwono (2006) adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis. Bentuk dari

tingkah laku ini bermacam-macam mulai dari perasaan tertarik sampai tingkah laku berkencan, bercumbu, dan bersanggama. Pada beberapa kasus hubungan seksual (*sexual intercourse*) dalam berpacaran diindikasikan dapat mempererat ikatan emosional pada pasangan yang melakukannya (Crooks & Baur, 1999).

Pengalaman seksual pertama merupakan pengalaman yang sangat signifikan dalam mengembangkan suatu hubungan karena kebanyakan orang mengingat pengalaman tersebut secara detail. Pasangan tersebut biasanya melakukan hubungan seksual sebagai ekspresi cinta dan merasakan peningkatan komitmen dalam hubungan yang dijalaninya (Regan, 2003). Rice (1999) mengadakan suatu survey pada remaja dari beberapa ras di Amerika. Dalam survey tersebut, ketika ditanya mengenai mengapa seseorang melakukan hubungan seksual *premarital* untuk pertama kalinya, 51% laki-laki menyatakan bahwa mereka merasa penasaran, dan 25% laki-laki menyatakan sebagai bentuk afeksi terhadap pasangannya. Berkebalikan dengan perempuan, dimana 50% menyatakan sebagai bentuk afeksi dan 25% menyatakan karena merasa penasaran. Dalam survey yang sama pula, terdapat sebagian kecil perempuan dan laki-laki yang menyatakan seks sebagai pemuas kebutuhan fisik. Kebanyakan laki-laki menyatakan tidak mencintai partner seks pertamanya, sementara kebanyakan perempuan menyatakan mencintai partner pertamanya.

Utomo (1997) mengatakan bahwa semakin kuat komitmen dalam suatu hubungan antara laki-laki dan perempuan dan akan berjalan menuju kearah pernikahan, semakin besar pula kecenderungan pada pasangan muda Jakarta untuk terlibat dalam hubungan seksual dengan pasangannya. Santrock (1998) mengatakan bahwa keterlibatan dalam perilaku seksual sebagai bentuk komitmen terjadi pada masa remaja akhir dan awal masa dewasa. Damayanti (2007) melakukan penelitian dengan jumlah partisipan sebanyak 8.951 atau 4,72% dari siswa SLTA di DKI. Dari penelitian tersebut, diperlihatkan berbagai macam perilaku seksual yang dilakukan oleh remaja di Jakarta.

Perilaku Pola Pacaran	Perempuan (%)	Laki-laki (%)	Total (%)
Berciuman bibir	27.0	31.8	20.5
Meraba-raba dada	5.8	20.3	13.5
Meraba-raba alat kelamin	3.1	10.9	7.2
Menggesek-gesekan alat kelamin (<i>petting</i>)	2.2	6.5	4.5
Melakukan seks oral	1.8	4.5	3.3
Melakukan hubungan seks	1.8	4.3	5.2

Sumber : Tabel Distribusi Frekuensi Pola Perilaku Pacaran dalam Penelitian Peran Biopsikosial terhadap Perilaku Berisiko Tertular HIV pada Remaja SLTA di DKI 2006

Terdapat perbedaan gender dalam memandang hubungan seksual. Perbedaan antara laki-laki dan perempuan ditunjukkan dalam tingkah laku seksual (Brehm, 1992). Laki-laki lebih permisif dalam nilai-nilai dan sikap seksual daripada perempuan (Hendrick & Hendrick, 1987 ; Snyder, Simpson & Gangestad, 1986). Laki-laki cenderung menikmati hubungan seksual tanpa keintiman secara psikologis, sedangkan perempuan lebih menyukai aktivitas seksual sebagai bagian dari hubungan intim secara psikologis (DeLamater, 198 ; Whitley, 1988). Terdapat pula perbedaan gender dalam memandang komitmen dimana perempuan dikatakan lebih berkomitmen pada hubungannya dibandingkan laki-laki.

Hubungan percintaan tidaklah selalu berjalan dengan mulus. Menurut Brehm (1992), berakhirnya suatu hubungan intim dapat menjadi suatu pengalaman yang traumatis (Bloom, Asher, & White, 1978; Menaghan & Lieberman, 1986; Stroebe & Stroebe, 1986). Tetapi tidak semua individu merasakan kehancuran dengan hilangnya pasangan tersebut; dengan berjalannya waktu, individu akan dapat melakukan penyesuaian diri yang baik (Hansson, Stroebe, & Stroebe, 1988; McCrae & Costa, 1988). Reaksi individu ketika suatu hubungan berakhir berbeda-beda tergantung dari kualitas hubungan tersebut. Individu yang puas, merasakan kedekatan dengan pasangannya, merasakan komitmen yang tinggi dan percaya bahwa mereka hanya memiliki sedikit alternatif untuk membangun hubungan yang baru, akan merasakan kesulitan yang besar ketika hubungan ini berakhir (Regan, 2003).

Demikian juga dengan seks. Seks dapat menjadi bagian dari kenikmatan terbesar dalam hidup, dan juga dapat menjadi bagian dari kesedihan terbesar dalam hidup (Miracle, et al, 2003). Perasaan kesepian, kehilangan cinta, merasa ditolak, dan perasaan bersalah serta malu dalam hubungan seksual dapat mengganggu secara emosional. Sejalan dengan Miracle, Kinsey dalam Conger (1991) mengatakan bahwa, remaja perempuan yang sebenarnya belum siap secara emosional untuk melakukan hubungan seksual *premarital* akan mengalami perasaan bersalah dan kecemasan, atau menjadi trauma atau memberikan konsekuensi negatif daripada memfasilitasi kapasitas dari remaja tersebut untuk respon yang sukses pada saat pernikahan nantinya.

Reivich & Shatte (2002) mengemukakan beberapa emosi yang biasa dialami individu dengan berakhirnya suatu hubungan percintaan, yaitu kesedihan dan depresi, perasaan bersalah, marah, kecemasan, dan juga perasaan malu. Selanjutnya dalam www.psc.uc.edu dikatakan bahwa terjadi juga perubahan *mood* yang kuat, cepat dan sering, perasaan mudah tersinggung, kesepian, mengalami masalah yang berkaitan dengan pola tidur dan nafsu makan, merasa putus asa, dan bingung. Emosi-emosi ini akan bertambah apabila individu tersebut putus pacaran setelah melakukan hubungan seksual *premarital*, khususnya pada perempuan. Hal ini disebabkan karena pada masyarakat Indonesia, sama halnya dengan masyarakat budaya timur lainnya, berlaku *double standard* dalam memandang perilaku seksual sebelum menikah, dimana perempuan tidak diperbolehkan dan laki-laki diperbolehkan (Duvall & Miller, 1985). *Virginity* atau keperawanan seorang perempuan dianggap sebagai sesuatu yang sangat berharga dan seharusnya diberikan kepada suaminya kelak.

Double standard tidak hanya berarti boleh dan tidak boleh dalam melakukan hubungan seksual *premarital*, tetapi juga menempatkan perempuan untuk memutuskan akan melakukan hubungan seksual sebelum menikah atau tidak; dimana perempuan menghadapi dilemma yaitu apabila ia tidak mau melakukan hubungan seksual *premarital* maka pacarnya tersebut tidak akan tertarik lagi padanya atau bahkan memutuskan hubungan percintaan tersebut dan apabila memutuskan untuk melakukannya maka ia akan dianggap sebagai perempuan “murahan” (dirangkum dari Crooks & Baur, 1999).

Dalam survey yang dilakukan dalam majalah *Cosmopolitan* (September, 2005), 57% responden yang semuanya adalah perempuan, merasa bahwa laki-laki masih menganggap keperawanan sebagai aset penting pada seorang perempuan. Hal ini juga peneliti temui dari wawancara yang dilakukan terhadap beberapa laki-laki yang sudah melakukan hubungan seksual *premarital* dimana mereka akan lebih memilih untuk menikah dengan perempuan yang belum pernah melakukan hubungan seksual dengan laki-laki lain.

Selanjutnya Subiyanto (2005) menyatakan bahwa pasangan yang telah melakukan hubungan seksual *premarial* akan menghadapi dilemma ketika harus mengambil keputusan untuk kelangsungan hubungannya, dimana walaupun hubungan tersebut harus berakhir akan terjadi luka dan trauma yang cukup mendalam. Dalam Budiman (1999) tergambar bagaimana kekhawatiran seorang perempuan yang sudah melakukan hubungan seksual *premarital* akan kelangsungan hubungannya :

“Saya kejeblus dalam hal yang sangat dilarang dan saya sangat menyesal terlebih karena hal ini sudah melanggar prinsip saya. Saya merasa amat bodoh, merasa tidak berharga lagi. Saya benar-benar mengalami depresi samapi badan saya kurus sekali. Yang mengganggu pikiran saya adalah kami sering bertengkar dan berkali-kali ia mengancam akan meninggalkan saya, tetapi saya pikir, belum tentu ada yang mau lagi dengan keadaan saya yang tidak utuh lagi.”

(Hal 28)

Hal serupa juga dinyatakan oleh seorang teman peneliti yang telah putus hubungan dengan pasangan pertamanya :

”Setelah melakukan itu untuk pertama kalinya dengan pasangan saya, saya merasa shock banget dan saya langsung nangis karena nyesel. Tapi karena saya sayang banget sama dia dan dia bisa ngeyakinin saya kalo saya nantinya akan nikah sama dia, saya jadi tenang. Tapi ternyata hubungan kita harus selesai setelah kita jadian selama 3 tahun. Saya saat itu lebih merasa bersalah sama diri sendiri dibanding menyalahkan dia.”

Trauma ketika suatu hubungan cinta berakhir tidak akan hilang begitu saja. Akan tetapi kemampuan resiliensi dapat memudahkan dan membantu seorang individu untuk mengatasi perasaan sakit tersebut, dan pada waktu yang tepat seseorang akan mulai untuk membangun suatu hubungan kembali. Siebert (2005) mengatakan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit kembali (*bounce*

back) dari perkembangan hidup yang dirasakan menjatuhkan. Ketika seorang yang resilien terganggu kehidupannya, mereka akan menghadapi perasaan negatif dengan cara yang sehat. Mereka tetap merasakan perasaan marah, sedih, kehilangan, dan kebingungan—misalnya seperti yang dirasakan ketika individu putus cinta—tetapi tidak membuat perasaan-perasaan tersebut menjadi permanen.

Selanjutnya Reivich & Shatte (2002) mengemukakan definisi resiliensi sebagai kemampuan untuk tetap gigih dan menyesuaikan diri ketika keadaan tidak berjalan dengan baik. Terdapat tujuh domain yang membangun resiliensi, yaitu regulasi emosi, implus kontrol, optimisme, analisis kausal, empati, *self-efficacy* dan *reaching out*. Masten, Best, & Garmezy (1990) dalam Lynn Blinn-Pike (1999), mengatakan bahwa resiliensi merupakan suatu proses, kapasitas, atau hasil dari keberhasilan adaptasi dari keadaan yang menantang atau mengancam. Sejalan dengan definisi sebelumnya, Bernard (2004) mengatakan bahwa resiliensi bukan merupakan kualitas yang dimiliki seseorang dari sejak lahir, melainkan merupakan proses dari perkembangan manusia yang sehat. Proses itu sendiri dipengaruhi oleh interaksi kepribadian seseorang dengan lingkungannya.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Tugade & Fredrickson (2004) dinyatakan bahwa seorang individu yang resilien akan menyadari bahwa regulasi emosi positif lebih berguna daripada emosi negatif. Dalam penelitian tersebut dikatakan bahwa individu yang resilien dapat mengatasi pengalaman buruknya secara lebih baik, ketika individu lain mengalami kondisi serupa dan tidak dapat mengatasinya sebaik individu yang resilien. Karena itulah ada individu yang mampu bertahan dan pulih dari situasi negatif secara efektif dan ada individu lain yang gagal karena mereka tidak berhasil keluar dari situasi yang tidak menguntungkan tersebut.

Dari definisi-definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa individu yang resilien ketika putus cinta setelah melakukan hubungan seksual *premarital* menunjukkan beberapa karakteristik yaitu dapat meregulasi emosi-emosi negatif akibat putus cinta secara efektif sehingga tidak berlarut-larut dengan emosi tersebut dan dapat menyesuaikan diri dengan keadaan baru yaitu keadaanya yang tidak lagi menjalin hubungan dengan pasangan pertamanya tersebut. Sebaliknya individu yang tidak resilien tidak dapat meregulasi emosi-emosi negatif akibat putus cinta secara

efektif. Dengan adanya perbedaan karakteristik tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran resiliensi pada perempuan yang putus hubungan setelah melakukan hubungan seksual *premarital*. Peneliti ingin mengetahui bagaimanakah proses terjadinya resiliensi serta faktor-faktor yang berpengaruh.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan tujuan menggali informasi secara mendalam mengenai resiliensi pada perempuan yang putus hubungan setelah melakukan hubungan seksual *premarital*. Hubungan seksual *premarital* merupakan masalah yang sensitif untuk dibahas dan juga terdapat karakteristik-karakteristik yang harus dimiliki oleh subjek penelitian sehingga penelitian ini tidak dapat dilakukan dengan pemberian kuisioner secara kuantitatif.

1.2 Permasalahan

Permasalahan yang ingin diangkat dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran resiliensi pada perempuan yang putus hubungan setelah melakukan hubungan seksual *premarital*?
2. Bagaimana proses resiliensi pada perempuan tersebut?
3. Faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi resiliensi tersebut?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran resiliensi pada perempuan yang putus hubungan setelah melakukan hubungan seksual *premarital*. Penelitian ini dilakukan secara kualitatif untuk mendapatkan pemahaman secara mendalam mengenai proses resiliensi pada perempuan tersebut dan faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi tersebut.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah

- Bagi ilmu psikologi, penelitian ini bermanfaat untuk memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu khususnya pada bidang resiliensi dan hubungan seksual *premarital*.

- Memberikan informasi mengenai perkembangan resiliensi yang dapat dimanfaatkan oleh remaja perempuan yang melakukan hubungan seksual *premarital*.
- Memberikan informasi mengenai dampak negatif dari hubungan seksual *premarital* untuk mencegah para remaja perempuan melakukan hubungan seksual *premarital*.

1.5 Sistematika Penulisan

Penelitian ini terdiri atas lima bab, yaitu pendahuluan, tinjauan kepustakaan, metode penelitian, analisis, dan kesimpulan. Bab I Pendahuluan berisi mengenai latar belakang, permasalahan, tujuan, dan manfaat penelitian. Bab II Tinjauan Kepustakaan berisi mengenai teori-teori yang dipakai sehubungan dengan permasalahan yang dibahas. Bab III Metode Penelitian, berisi mengenai hal-hal berkaitan dengan metode yang digunakan selama penelitian ini berlangsung. Bab IV berisikan Analisis dari masing-masing subjek penelitian. Dan Bab V berisikan Kesimpulan, Saran, dan Diskusi dari hasil penelitian.