

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. Pengetahuan**

##### **1. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan adalah hal yang diketahui oleh orang atau responden terkait dengan sehat dan sakit atau kesehatan, misal: tentang penyakit (penyebab, cara penularan, cara pencegahan), gizi, sanitasi, pelayanan kesehatan, kesehatan lingkungan, keluarga berencana, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Berdasarkan pengalaman ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Titisari dan Utami, 2013).

Pengetahuan adalah informasi yang telah diproses dan diorganisasikan untuk memperoleh pemahaman pembelajaran dan pengalaman yang terakumulasi sehingga bisa diaplikasikan kedalam masalah atau proses.

##### **2. Tingkatan Pengetahuan**

Pengetahuan dalam aspek kognitif menurut (Notoatmodjo, 2007), dibagi menjadi 6 (enam) tingkatan yaitu:

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya dari seluruh bahan yang dipelajari. Tahu ini merupakan tingkat pengertian yang paling rendah.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami ini diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi ke kondisi sebenarnya.

c. Aplikasi (*application*)

Kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen tetapi masih dalam suatu struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau obyek.

### **3. Pengukuran Pengetahuan**

Menurut (Notoatmodjo, 2014), pengetahuan tentang kesehatan dapat diukur berdasarkan jenis penelitiannya. Penelitian kuantitatif umumnya mencari jawaban atas kejadian/fenomena yang menyangkut berapa banyak, berapa sering,

berapa lama, dan sebagainya, maka bisaanya menggunakan metode wawancara dan angket.

a. Wawancara tertutup dan wawancara terbuka

Menggunakan instrumen (alat pengukur/ pengumpul data) kuesioner. Wawancara tertutup adalah wawancara dengan jawaban responden atas pertanyaan yang diajukan telah tersedia dalam opsi jawaban, responden tinggal memilih jawaban yang dianggap mereka paling benar atau paling tepat. Sedangkan wawancara terbuka, yaitu pertanyaan – pertanyaan yang diajukan bersifat terbuka, dan responden boleh menjawab sesuai dengan pendapat atau pengetahuan responden sendiri

b. Angket tertutup atau terbuka

Seperti halnya wawancara, angket juga dalam bentuk tertutup dan terbuka. Instrumen atau alat ukurnya seperti wawancara, hanya jawaban responden disampaikan lewat tulisan. Metode pengukuran melalui angket ini sering disebut “*self administered*” atau metode mengisi sendiri

#### **4. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut (Notoatmodjo, 2010) yaitu:

a. Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup

b. Media massa/ sumber informasi

Sebagai sarana komunikasi berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio surat kabar, majalah, internet, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

c. Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial.

e. Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi masa lalu.

## 5. Penilaian Pengetahuan

Kategori pengetahuan dapat ditentukan dengan kriteria (Rahmawati, 2013):

- a. Baik, skor  $\geq mean/ median$
- b. Kurang, skor  $< mean/ median$

## B. Remaja

### 1. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat

khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Kemenkes RI, 2015).

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Remaja adalah seseorang yang tumbuh menjadi dewasa mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Dimana remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar dan sedang mengalami proses perkembangan sebagai persiapan memasuki masa dewasa.

## **2. Ciri-ciri Remaja**

Ciri remaja menurut (Putro, 2017), yaitu:

### **a. Masa remaja sebagai periode yang penting**

Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetaplah penting. Perkembangan fisik yang begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal remaja. Semua perkembangan ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat baru.

### **b. Masa remaja sebagai periode peralihan**

Pada fase ini, remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari untuk bertindak sesuai dengan umurnya. Kalau remaja berusaha berperilaku sebagaimana orang dewasa, remaja seringkali dituduh terlalu besar ukurannya dan dimarahi karena mencoba

bertindak seperti orang dewasa. Di lain pihak, status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai, dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

c. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun, maka perubahan sikap dan perilaku juga menurun.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode perkembangan mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi persoalan yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ketidakmampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri terhadap kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya. Status remaja yang mendua ini menimbulkan suatu dilema yang menyebabkan remaja mengalami “krisis identitas” atau masalah-masalah identitas ego pada remaja.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Anggapan stereotip budaya bahwa remaja suka berbuat semaunya sendiri, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja yang takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik

Masa remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca mata berwarna merah jambu. Ia melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal harapan dan cita-cita. Harapan dan cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang merupakan ciri dari awal masa remaja. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa ternyata belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks bebas yang cukup meresahkan. Mereka menganggap bahwa perilaku yang seperti ini akan memberikan citra yang sesuai dengan yang diharapkan mereka.

### **3. Tahap Perkembangan Remaja**

Menurut tahap perkembangan, masa remaja dibagi menjadi tiga tahap (Putra, 2013) yaitu :

a. Masa remaja awal (12-15 tahun), dengan ciri khas antara lain:

- 1) Lebih dekat dengan teman sebaya
- 2) Ingin bebas
- 3) Lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir abstrak

b. Masa remaja tengah (15-18 tahun), dengan ciri khas antara lain:

- 1) Mencari identitas diri
- 2) Timbulnya keinginan untuk kencan
- 3) Mempunyai rasa cinta mendalam
- 4) Mengembangkan kemampuan berpikir abstrak
- 5) Berkhayal tentang aktifitas seks

c. Masa remaja akhir (18-21 tahun), dengan ciri khas antara lain:

- 1) Pengungkapan identitas diri
- 2) Lebih selektif dalam mencari teman sebaya
- 3) Mempunyai citra jasmani dirinya
- 4) Dapat mewujudkan rasa cinta
- 5) Mampu berpikir abstrak

### **4. Perkembangan Fisik Remaja**

Pertumbuhan fisik pada masa remaja, berlangsung sangat pesat. Dalam perkembangan seksualitas remaja, ditandai dengan dua ciri yaitu ciri-ciri seks primer dan seks sekunder (Putra, 2013). Berikut ini adalah uraian lebih lanjut mengenai kedua hal tersebut.

a. Ciri-ciri seks primer

Modul kesehatan reproduksi remaja (Depkes, 2002) menyebutkan bahwa ciri-ciri seks primer pada remaja putri yaitu mengalami menstruasi. Menstruasi adalah peristiwa keluarnya cairan darah dari alat kelamin perempuan berupa luruhnya lapisan dinding dalam rahim.

b. Ciri-ciri seks sekunder

Menurut (Sarwono, 2003a), ciri-ciri seks sekunder pada remaja putri adalah sebagai berikut:

- 1) Pinggul lebar, bulat dan membesar, puting susu membesar dan menonjol, serta berkembangnya kelenjar susu, payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat
- 2) Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat lubang pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif
- 3) Otot semakin besar dan semakin kuat terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk bahu, lengan dan tungkai
- 4) Suara menjadi lebih penuh dan semakin merdu

## **5. Karakteristik Remaja**

Menurut (Titisari dan Utami, 2013) karakteristik perilaku dan pribadi pada masa remaja meliputi aspek:

a. Perkembangan Fisik-seksual

Laju perkembangan secara umum berlangsung pesat, dan munculnya ciri-ciri seks sekunder dan seks primer

b. Psikososial

Dalam perkembangan sosial remaja mulai memisahkan diri dari orang tua memperluas hubungan dengan teman sebayanya

c. Perkembangan Kognitif

Ditinjau dari perkembangan kognitif, remaja secara mental telah berpikir logis tentang berbagai gagasan yang abstrak

d. Perkembangan Emosional

Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Pertumbuhan fisik, terutama organ-organ seksual mempengaruhi berkembangnya emosi atau perasaan-perasaan dan dorongan-dorongan baru yang dialami sebelumnya seperti perasaan cinta, rindu, dan keinginan untuk berkenalan lebih intim dengan lawan jenis

e. Perkembangan Moral

Remaja berada dalam tahap berperilaku sesuai dengan tuntutan dan harapan kelompok dan loyalitas terhadap norma atau peraturan yang berlaku yang diyakininya maka tidak heranlah jika diantara remaja masih banyak yang melakukan pelecehan terhadap nilai-nilai seperti tawuran, minum minuman keras dan hubungan seksual diluar nikah.

f. Perkembangan Kepribadian

Fase remaja merupakan saat yang paling penting bagi perkembangan dan integrasi kepribadian

## **6. Perkembangan Perilaku Seksual Remaja**

Terjadinya peningkatan perhatian remaja terhadap lawan jenis sangat dipengaruhi oleh faktor perubahan-perubahan fisik selama periode pubertas (Santrock, 2003).

Sebagian besar dari remaja bisaanya sudah mengembangkan perilaku seksualnya dengan lawan jenis dalam bentuk pacaran atau percintaan. Bila ada

kesempatan para remaja melakukan sentuhan fisik, mengadakan pertemuan untuk bercumbu bahkan kadang-kadang remaja tersebut mencari kesempatan untuk melakukan hubungan seksual (Soetjiningsih, 2004).

Menurut Irawati (Irawati dan Prihyugiaro, 2005) remaja melakukan berbagai macam perilaku seksual berisiko yang terdiri atas tahapan-tahapan tertentu. Perilaku hubungan seksual pranikah pada remaja ini pada akhirnya dapat mengakibatkan berbagai dampak yang merugikan remaja itu sendiri (Darmasih *et al.*, 2011).

## **C. Pacaran Sehat**

### **1. Pengertian Pacaran**

Berpacaran merupakan suatu hubungan yang tumbuh di antara anak laki-laki dan perempuan menuju kedewasaan. Pacaran merupakan masa pencarian pasangan, penjajakan, dan pemahaman akan berbagai sifat yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Hal ini terjadi sebelum mereka melanjutkan hubungan lebih jauh lagi ke jenjang pernikahan (Setiawan dan Nurhidayah, 2008).

Pacaran adalah salah satu aktivitas yang banyak dijalani oleh remaja. Perkembangan psikologis pada masa remaja memungkinkan adanya ketertarikan terhadap lawan jenis dan keinginan untuk membentuk hubungan yang lebih dari sekedar teman atau sahabat.

### **2. Tahap-tahap Pacaran**

Pacaran merupakan masa pencarian pasangan, penjajakan, dan pemahaman akan berbagai sifat yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Disebut pula sebagai masa penjajakan ketika masing-masing pihak mencoba untuk saling mengerti kepribadian pasangannya

Tahapan dalam berpacaran meliputi: ketertarikan pada lawan jenis yang dikenal, senyuman dan pandangan bersahabat, saling berkunjung, pergi berdua, saling bergdanengan, saling berciuman dan saling meraba (Setiawan dan Nurhidayah, 2008).

a. Tahap perkenalan

Tahap perkenalan adalah tahap dimana calon pacar berusaha saling mengenal satu sama lain. Bagi perempuan dan laki-laki yang sudah saling mengenal sebelumnya, proses saling mengenal itu berjalan lebih cepat. Para calon pacar yang merupakan mantan teman sekolah, mantan teman kuliah, teman dalam kegiatan organisasi, teman sekerja atau teman dalam kegiatan lingkungan keagamaan, pada umumnya sudah saling mengenal nama, alamat, pekerjaan, dan mungkin juga bakat atau hobi khusus.

Saling berkenalan berarti saling mengetahui data-data, mula-mula lahir dan kemudian batin, maka perkenalan mengdonaikan suatu proses panjang, sedikit demi sedikit dan berjalan secara alami. Perkenalan dasar ini harus dilalui oleh calon pasangan pacar yang belum saling mengenal sebelumnya. Perkenalan awal menjadi dasar dikembangkannya perkenalan yang lebih mendalam dan makin menyangkut batin (Hardjana, 2002).

b. Tahap penjajakan

Tahap perkenalan dilanjutkan dengan tahap penjajakan. Pada tahap ini calon pacar saling melihat tanda-tanda apakah mereka mau melangkah lebih lanjut dalam hubungan mereka. Tanda-tanda itu tampak pada perhatian yang saling mereka tunjukkan misalnya: suka berkunjung, menelpon, mengirim hadiah, menanyakan keadaan, dan sebagainya. Tanda-tanda itu sudah berarti ada sesuatu

dalam hubungan, tetapi belum cukup untuk dijadikan pijakan untuk menyatakan “Aku cinta padamu” dan mengajak untuk jadi pacar. Tahap penjajakan masih merupakan tahap penggalan lebih lanjut tentang data yang sudah diperoleh dalam tahap perkenalan. Pada tahap penjajakan itu, calon pacar saling menggali lebih dalam mengenai bakat, kemampuan, kecakapan, sikap dan prinsip hidup masing-masing (Hardjana, 2002).

c. Tahap pendekatan

Tahap pendekatan merupakan tahap penentuan memilih calon pacar, sebelum sampai pada tahap kesepakatan. Maka dalam tahap pendekatan ini sudah terfokus pada satu orang calon pacar. Pada tahap ini, calon pasangan pacar merasa saling mengenal, cocok dan nyaman satu sama lain. Karena itu frekuensi hubungan, pertemuan, komunikasi, dan janji sudah meningkat. Gejala-gejala yang menyertai tahap ini adalah perasaan saling kangen atau rindu, ingin bertemu, dekat dan berada disamping masing-masing. Perasaan itu diungkapkan dengan saling menelpon, saling ingin bertemu, saling mengirim pesan, saling menulis surat dan saling berkirim tanda-tanda hubungan berupa pemberian sesuatu atau bingkisan (Hardjana, 2002).

d. Tahap kesepakatan

Kesepakatan pertama mengdanung kesediaan untuk saling mengucapkan dan saling menerima menjadi pacar ini berarti bahwa hubungan mereka bukan lagi sekedar hubungan teman, bahkan sahabat, tetapi sebagai pacar, bahkan calon suami-istri. Dengan melalui tahap-tahap perkenalan, penjajakan, pendekatan, dan kesepakatan itu, kedua calon pacar memasuki langkah-langkah ke tahap berpacaran. Langkah-langkah itu membantu kedua calon pacar untuk membuat

komitmen yang disadari dan disepakati bersama. Dengan saling penjabaran diharapkan kedua calon pacar dapat belajar tenggang rasa dan saling terbuka dengan suka rela tanpa ada unsur paksaan dalam langkah menuju ke tahap pacaran (Hardjana, 2002).

### **3. Ciri-ciri Pacaran Sehat**

Pacaran sehat mempunyai arti pacaran yang terbebas dari segala bentuk kekerasan fisik (termasuk biologi), kekerasan emosi, pemaksaan atau penodaan fisik misalnya mencium, bercumbu dan berhubungan intim (Hermawan, 2007).

#### **a. Sehat fisik**

Sehat secara fisik berarti tidak tertularnya penyakit, tidak menyebabkan kehamilan yang tidak diinginkan, tidak menyakiti misalnya, saling memukul, menampar atau menendang, tidak merusak kesehatan orang lain.

#### **b. Sehat mental**

Remaja berarti memiliki nilai yang kuat, percaya diri, menguasai informasi tentang kesehatan reproduksi (meliputi aspek fisiologis, moral, sosial dan psikologis). Mampu berkomunikasi, mampu mengambil keputusan dan siap atas segala risiko dari keputusan yang diambil.

#### **c. Sehat sosial**

Mampu mempertimbangkan nilai-nilai dan norma yang ada dan berlaku dalam masyarakat dan juga remaja harus mempertimbangkan aspek agama yang melarang remaja melakukan aktivitas seksualitas termasuk sentuh menyentuh lawan jenis apalagi mengambil gaya pacaran yang tidak sehat seperti berpelukan, berciuman, dan sampai hal paling jauh yaitu melakukan hubungan seks diluar nikah (Hermawan, 2002).

d. Sehat seksual

Secara biologis remaja mengalami perkembangan dan kematangan seks. Pacaran juga mempengaruhi kehidupan seksual seseorang. Kedekatan secara fisik dapat memicu timbulnya kontak fisik. Jadi dalam berpacaran harus saling menjaga dan mengendalikan diri masing-masing dengan tidak melakukan hal-hal yang berisiko.

e. Sehat emosional

Sehat emosional menurut (Nilna, 2008) hubungan yang baik akan terjalin apabila timbul rasa nyaman, aman, dan tentram, saling pengertian, saling terbuka, juga saling perhatian. Tidak hanya dituntut untuk mengenali emosi diri sendiri tapi juga memahami emosi orang lain. Lebih penting lagi adalah bagaimana bisa mengungkapkan dan mengendalikan emosi dengan baik. Dalam hal ini manajemen emosi harus ditata rapi (Titisari dan Utami, 2013).

#### **4. Konsep Pacaran Tidak Sehat**

Banyak siswi remaja saat ini memilih menggunakan gaya pacaran yang tidak sehat yaitu dengan melakukan *kissing*, *necking*, *petting*, *intercourse*. Tujuan para remaja melakukan hal tersebut yaitu untuk menunjukkan rasa cinta, yang sebenarnya dapat ditunjukkan dengan beragam cara dan tidak harus dengan aktifitas seksual. Bisaanya perilaku mencemaskan ini dimulai dengan berciuman (*kissing*) dengan pasangan, kemudian berlanjut ke *necking* (mencium leher sampai merabab-raba tubuh). Jika sudah sampai ke tahap *necking* maka sangat mungkin berlanjut ke *petting* (saling menggosok-gosokkan alat kelamin). Apabila telah melakukan *petting* maka bisaanya aktivitas ini berlanjut pada tahap *intercourse*. Rangsangan yang dihasilkan oleh *petting* dapat menyebabkan motivasi yang sangat besar bagi

pasangan untuk melakukan *intercourse* atau hubungan seksual, maka risiko terjadinya kehamilan akan sangat besar (Masldan, 2004).

*a. Kissing*

Ciuman yang dilakukan untuk menimbulkan rangsangan seksual, seperti dibibir disertai dengan rabaan pada bagian-bagian sensitif yang dapat menimbulkan rangsangan seksual.

*b. Necking*

*Necking* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan ciuman disekitar leher dan pelukan yang lebih mendalam

*c. Petting*

Menggesek-gesekkan bagian tubuh yang sensitif, seperti payudara dan alat kelamin. Merupakan langkah yang lebih mendalam dari *necking*. *Petting* termasuk merasakan dan mengusap-usap tubuh pasangan, dada, buah dada, kaki, dan kadang-kadang daerah kemaluan, baik di dalam atau di luar pakaian

*d. Intercourse*

Aktifitas seksual dengan cara memasukkan alat kelamin laki-laki ke dalam alat kelamin perempuan. Aktifitas ini yang paling membahayakan dan merugikan bagi yang melakukannya (Putra, 2013).

## **D. Tindakan**

### **1. Pengertian Tindakan**

Seseorang yang telah mengetahui stimulus/objek kesehatan, kemudian mengadakan penilaian atau pendapat terhadap apa yang diketahui, proses selanjutnya diharapkan seseorang akan mampu mempraktikkan apa yang diketahui atau disikapinya (di nilai baik). Inilah yang disebut praktik (*practice*) kesehatan

atau dapat dikatakan praktik kesehatan (*overt behavior*) (Notoatmodjo, 2012). Respons seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respons terhadap stimulus tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik (*practice*), yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain (Notoatmodjo, 2003).

## **2. Tingkatan Tindakan**

Praktik atau tindakan ini memiliki beberapa tingkatan (Notoatmodjo, 2012):

### **a. Respons terpimpin (*guided response*)**

Dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar dan sesuai dengan contoh merupakan indikator praktik tingkat pertama.

### **b. Mekanisme (*mechanism*)**

Apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis, atau sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan, maka ia sudah mencapai praktik tingkat kedua.

### **c. Adopsi (*adoption*)**

Adopsi adalah suatu praktik atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik. Artinya, tindakan itu sudah dimodifikasikan tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut. Misalnya, ibu dapat memilih dan memasak makanan yang bergizi tinggi berdasarkan bahan-bahan yang murah dan sederhana.

Pengukuran perilaku dapat dilakukan secara tidak langsung yakni dengan wawancara terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan beberapa jam, hari, atau bulan yang lalu (*recall*). Pengukuran juga dapat dilakukan secara langsung, yakni dengan mengobservasi tindakan atau kegiatan responden. Pengukuran praktik

atau tindakan (*overt behavior*) juga dapat diukur dari hasil perilaku tersebut. Misalnya, perilaku hygiene perorangan (*personal hygiene*) dapat diukur dari kebersihan kulit, kuku, rambut, dan sebagainya.

### 3. Pengukuran Tindakan

Pengukuran tindakan dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu secara langsung dan tidak langsung. Pengukuran secara langsung dilakukan dengan mengobservasi tindakan atau kegiatan yang dijalankan oleh responden. Pengukuran secara tidak langsung dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yaitu dengan *recall* atau mengingat kembali terhadap kegiatan-kegiatan yang pernah dilakukan dengan rentang waktu tertentu (Notoatmodjo, 2012a).

Skala guttman adalah skala pengukuran yang digunakan apabila ingin mendapat jawaban yang bersifat tegas (Sugiyono, 2012). Skala pengukuran ini akan didapat jawaban “ya” atau “tidak”, “pernah” atau “tidak pernah”, “dilakukan” atau “tidak dilakukan”. Skala guttman hanya memiliki dua skor yaitu skor 1 apabila jawaban sesuai dan skor 0 apabila jawaban tidak sesuai.

Pengukuran tindakan (Notoatmodjo, 2012b) dapat dikategorikan sebagai berikut:

- a. Melakukan, jika responden menjawab pertanyaan pada kuesioner dengan jawaban benar  $\geq mean/median$
- b. Tidak melakukan, jika responden menjawab pertanyaan pada kuesioner dengan jawaban benar  $< mean/median$

## **E. Hubungan Seksual Pranikah**

### **1. Pengertian Hubungan Seksual Pranikah**

Hubungan seksual pranikah menurut (Chaplin, 2002) adalah tingkah laku, perasaan atau emosi yang berasosiasi dengan perangsangan alat kelamin. Sedangkan seksualitas memiliki arti yang lebih luas karena meliputi bagaimana seseorang merasa tentang diri mereka dan bagaimana mereka mengkomunikasikan perasaan tersebut terhadap orang lain melalui tindakan yang dilakukannya seperti sentuhan, ciuman, pelukan, senggama (Khairunnisa, 2013).

Hubungan seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis. Bentuk tingkah laku ini dapat bermacam-macam, mulai dari perasaan tertarik sampai tingkah laku berkencan, bercumbu dan bersenggama. Objek seksualnya dapat berupa orang lain, orang dalam khayalan maupun diri sendiri. Perilaku seksual adalah perilaku yang melibatkan perasaan yang didasari atau didorong oleh hasrat seksual antar lawan jenis yang disertai kontak fisik. Objek dari perilaku tersebut dapat berupa khayalan, diri sendiri maupun orang lain (Sarwono, 2011).

Berdasarkan penjelasan diatas, hubungan seksual pranikah adalah tingkah laku yang berhubungan dengan dorongan seksual yang dilakukan oleh remaja dengan segala macam tindakan seksual sampai dengan berhubungan badan yang dilakukan sebelum adanya ikatan perkawinan yang sah secara hukum maupun agama.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tindakan Hubungan Seksual**

### **Pranikah**

Hubungan seksual pranikah dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal (Setiawan dan Nurhidayah, 2008):

#### a. Faktor internal

Meliputi peningkatan libido seksual akibat perubahan hormonal (perspektif biologis), pengalaman seksual serta pengetahuan tentang kesehatan reproduksi.

#### b. Faktor eksternal

Meliputi penundaan usia perkawinan pada remaja, larangan yang sifatnya tabu mengenai hubungan seksual pranikah pada remaja, meningkatnya rangsangan seksual dari media massa, sikap orangtua yang tidak terbuka mengenai masalah seksual pada anak, pergaulan yang makin bebas di kalangan remaja, kurangnya pengawasan dari pendidik dan orangtua pada remaja, dorongan dari teman sebaya untuk melakukan perilaku seksual.

## **3. Dampak Hubungan Seksual Pranikah**

Hubungan seksual pranikah dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada remaja (Darmasih *et al.*, 2011), diantaranya sebagai berikut:

#### a. Dampak psikologis

Dampak psikologis dari hubungan seksual pranikah pada remaja diantaranya perasaan marah, takut cemas, depresi, rendah diri, bersalah dan berdosa.

b. Dampak sosial

Dampak sosial yang timbul akibat hubungan seksual pranikah yang dilakukan sebelum saatnya antara lain dikucilkan, putus dekolah pada remaja perempuan yang hamil, dan perubahan peran menjadi ibu. Belum lagi tekanan dari masyarakat yang mencela dan menolak keadaan tersebut (Sarwono, 2003b).

c. Dampak fisik

Dampak fisik dari hubungan seksual pranikah tersebut diantaranya dapat menimbulkan kehamilan tidak diinginkan dan aborsi. Dampak fisik lainnya sendiri menurut (Sarwono, 2003b) adalah berkembangnya penyakit menular seksual di kalangan remaja, dengan frekuensi penderita penyakit menular seksual (PMS) yang tertinggi antara usia 15-24 tahun. Infeksi penyakit menular seksual dapat menyebabkan kemandulan dan rasa sakit kronis serta meningkatkan risiko terkena HIV/ AIDS.

## **F. Tindakan Mencegah Hubungan Seksual Pranikah**

Tindakan mencegah hubungan seksual pranikah dalam (Khairunnisa, 2013) yaitu:

1. Meningkatkan religiusitas

Religiusitas dapat menstabilkan tingkah laku, memberikan perlindungan rasa aman terutama bagi remaja yang tengah mencari eksistensinya. Religiusitas adalah sikap batin pribadi setiap manusia dihadapan Tuhan, yang mencakup totalitas kedalam pribadi manusia. Pemahaman terhadap norma-norma agama yang dianutnya mampu membuat remaja menghindari hal-hal negatif seperti melakukan hubungan seksual pranikah.

## 2. Meningkatkan kontrol diri

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Kontrol diri menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun dan meningkatkan hasil serta tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki seorang remaja maka semakin rendah perilaku hubungan seksual pranikah remaja yang muncul. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki seorang remaja maka semakin tinggi perilaku hubungan seksual pranikah yang muncul.

Kontrol diri atau pengendalian diri memiliki beberapa fungsi (Gunarsa, 2004) yaitu:

- a) Membatasi perhatian individu terhadap orang lain
- b) Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya
- c) Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif
- d) Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan individu secara seimbang

## 3. Meningkatkan kualitas hubungan orangtua dan remaja

Pola asuh *authoritative* adalah pola asuh yang memberikan kebebasan untuk melakukan sesuatu dengan kontrol dari orangtua. Orangtua hendaknya bersikap terbuka terhadap masalah seksual, sehingga bisa menjadi tempat curhat bagi anak yang membutuhkan informasi seksual. Sikap dan perilaku orangtua juga berperan sebagai contoh atau teladan anaknya dalam menyikapi hubungan seksual pranikah.

Peran orangtua dalam mendidik anaknya amat menentukan pembentukan karakter dan perkembangan kepribadian anak. Saluran komunikasi yang baik antara orangtua dan anaknya dapat menciptakan suasana saling memahami terhadap berbagai jenis masalah keluarga, terutama tentang problematika remaja, sehingga kondisi ini akan berpengaruh terhadap sikap maupun perilaku yang akan dibawakan anak sesuai dengan nilai yang ditanamkan orangtua mereka (Efendy, 2000).

Orangtua memegang peran sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan anak remaja pada umumnya dan kesehatan reproduksi pada khususnya. Karena itu, semakin aktif peran orangtua meningkatkan pengetahuan bagi remaja mengenai kesehatan reproduksi, makin sehat perilaku seksual mereka. Pada gilirannya, pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi dapat mencegah mereka supaya tidak melakukan hubungan seksual pranikah dan hubungan seksual berisiko (Sianipar, 2000).

### **G. Hubungan Pengetahuan Pacaran Sehat dengan Tindakan Mencegah Hubungan Seksual Pranikah**

Penelitian (Prihastuti dan Soelistyowatie, 2012) yang dilakukan di SMA Kota Semarang mengemukakan bahwa masih ada responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang pacaran sehat sebanyak 23,1% dan 32,7% memiliki tingkat pengetahuan cukup. Penelitian (Maryatun dan Purwaningsih, 2012) mengemukakan bahwa tingkat pengetahuan akan berhubungan dengan perilaku hubungan seksual pranikah. Dari hasil analisis diperoleh hasil bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang kurang lebih banyak melakukan perilaku hubungan seksual pranikah.

Penelitian (Putra, 2013) mengemukakan bahwa sesuai dengan yang dikemukakan oleh (Masldan, 2004) mengenai proses seks pranikah yaitu *kissing*, *necking*, *petting*, *intercourse*, responden dalam penelitian ini mayoritas mengetahui akan hal tersebut dan mayoritas responden yang ditanya mengaku bahwa pernah melakukan *kissing* meskipun menjawab dengan malu-malu. Namun untuk tahapan selanjutnya seperti *necking*, *petting*, sampai *intercourse* para responden ini mengaku tidak pernah berani mencoba sampai tahap tersebut karena takut dan sadar akan risiko dan bahaya yang akan mereka hadapi apabila mereka nekat melakukan seks pranikah.

Pendidikan seks yang secara tidak langsung mereka peroleh dari sumber informasi seperti buku dan internet membuat para responden ini mengerti tentang seks. Disamping itu peran orangtua yang sangat besar dalam memberikan informasi mengenai bahaya seks pranikah membuat remaja kelas XII di SMAN 3 Samarinda sebisa mungkin menghindari perilaku seks pranikah. Hal ini terbukti dari pengamatan peneliti selama responden berada di sekolah. Kegiatan responden banyak diisi dengan kegiatan-kegiatan yang bersifat positif, baik di bidang olahraga maupun seni. Di luar jam sekolah, responden selalu memberikan informasi kepada orangtua apabila tidak langsung pulang ke rumah dan memberikan informasi tujuan mereka.

Responden mengaku mempunyai pacar yang berada di satu sekolah yang sama, namun mereka tetap dapat menjaga norma-norma selama di sekolah dan tidak berlaku seenaknya dan tetap berperilaku sesuai dengan koridornya sebagai siswi. Contohnya saja mereka tidak pernah berpegangan tangan dengan pacar dan melanggar jam sekolah. Hal ini diakui oleh responden karena mereka mengetahui

batasan-batasan dalam berpacaran yang diajarkan oleh orangtua di rumah, maupun guru mereka di sekolah. Selain itu, mereka memang sadar bahwa meskipun sedang mengalami fase jatuh cinta, tetapi mereka juga tidak melupakan kewajiban mereka sebagai seorang siswi (Putra, 2013).