

BAB II

TINJUAN PUSTAKA

A. Remaja

1. Pengertian

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 *World Health Organization* (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.

1. 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.

2. 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 yang mendalam

4) Mengembangkan kemampuan berpikir abstrak

5) Berkhayal tentang aktivitas 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

3. 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 (Sarwono,2003) 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,2003), 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

4. 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 orangtua 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

5. 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 biasanya 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 Prihyugiarto, 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 , 2011).

B. 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 pancaindra manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*). 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, 2014), 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 (*aplication*)

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 biasanya 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, 2012) 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.

C. Penyuluhan Kesehatan

1. Pengertian

Penyuluhan Kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap (Notoatmodjo, 2014).

2. Tujuan Penyuluhan Kesehatan

Tujuan dari penyuluhan kesehatan adalah tersosialisasinya program-program kesehatan, terwujudnya masyarakat yang berbudaya hidup bersih dan sehat, serta terwujudnya gerakan hidup sehat di masyarakat untuk menuju terwujudnya desa, kabupaten/kota sehat, provinsi sehat dan Indonesia sehat (Syafudin dan Frathidina, 2009).

3. Bentuk Media Penyuluhan

Media penyuluhan kesehatan ada beberapa bentuk media penyuluhan antara lain (Notoatmodjo, 2014):

a. Berdasarkan stimulasi indra:

- 1) Alat bantu lihat (*visual aid*) yang berguna dalam membantu menstimulasi indra penglihatan.
- 2) Alat bantu dengar (*audio aids*) yaitu alat yang dapat membantu untuk menstimulasi indra pendengar pada waktu penyampaian bahan pendidikan/pengajaran.
- 3) Alat bantu lihat-dengar (*audio visual aids*)

a. Berdasarkan pembuatannya dan penggunaannya:

- 1) Alat peraga atau media yang rumit, seperti film, film strip, slide, dan sebagainya yang memerlukan listrik dan proyektor.
- 2) Alat peraga sederhana, yang mudah dibuat sendiri dengan bahan-bahan setempat.

b. Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur media kesehatan:

Media penyuluhan kesehatan ada dua jenis yaitu media cetak (*leaflet, booklet, flyer, flip chart, rubrik*) dan media elektronik (video, slide, media papan).

D. Media Video

Penyuluhan tidak lepas dari media karena melalui media pesan disampaikan dengan mudah untuk dipahami. Jenis media yang dapat digunakan salah satunya adalah media elektronik. Media elektronik memiliki kelebihan antara lain sudah dikenal masyarakat, lebih mudah dipahami, lebih menarik karena ada suara dan gambar, jangkauan relative lebih besar, mengikuti sertakan seluruh panca indra (Notoatmodjo, 2010). Video merupakan salah satu macam media elektronik. Sebagaimana bahan ajar non cetak, video dapat menambah dimensi baru dalam pembelajaran, peserta didik tidak hanya melihat gambar dari bahan ajar cetak dan suara dari program audio, tetapi di dalam video peserta didik dapat memperoleh keduanya, yaitu gambar bergerak beserta suara yang menyertainya (Adi, 2012).

Beberapa penelitian membuktikan bahwa penggunaan media dalam penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan seseorang terhadap materi penyuluhan. Penelitian yang dilakukan oleh Luluq dan Ery (2014) bahwa terdapat pengaruh penyuluhan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap siswa mengenai *personal hygiene* yaitu sebanyak 91,7%. Hal ini sejalan dengan penelitian Fanny (2017) bahwa penyuluhan menggunakan media video dapat meningkatkan pengetahuan remaja sebanyak 84% mengenai dampak abortus pada siswa SMA.

E. Pacaran Sehat

1. Pengertian

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.

1. 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-an, saling bergdanengan, saling berciuman dan saling meraba (Setiawan dan Nurhidayah, 2008).

a. Tahap pengenalan

Tahap pengenalan 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 membutuhkan 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 penggalian 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).

b. 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 /bingkisan (Hardjana, 2002).

c. Tahap kesepakatan

Kesepakatan pertama mengandung 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 pengenalan, 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 penjajakan 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).

2. 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, social 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 mengaambil 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).

3. Konsep Pacaran Tidak Sehat

Banyak siswa 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 aktivitas seksual. Biasanya perilaku mencemaskan ini dimulai dengan berciuman (*kissing*) dengan pasangan, kemudian berlanjut ke *necking* (mencium leher sampai meraba-raba tubuh). Jika sudah sampai ke tahap *necking* maka sangat mungkin berlanjut ke *petting* (saling menggosok-gosokkan alat kelamin). Apabila telah melakukan *petting* maka biasanya 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

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