

MILIK PERPUSTAKAAN
UNIV. NEGERI PADANG

DAMPAK SEX BEBAS PADA REMAJA



MILIK PERPUSTAKAAN UNIV. NEGERI PADANG	
TERIMA TGL. :	24-8-2010
SUMBER HARGA :	HD
KOLEKSI :	F1
NO. INVENTARIS :	353/4d/2010-d1(c)
KLASIFIKASI :	364.1 Sum d.1

Oleh

Dr. Ramadhan Sumarmin, M.Si.
Staf Pengajar pada Jurusan Biologi FMIPA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Disampaikan pada:
SEMINAR KESEHATAN
Diselenggarakan oleh Himpunan Mahasiswa Biologi
STKIP PGRI SUMBAR
Padang, 23 Juni 2010

DAMPAK SEX BEBAS PADA REMAJA

Oleh:

Dr. Ramadhan Sumarmin, M.Si.

Pendahuluan

“Seorang pelajar SMP dilaporkan telah mencabuli tujuh balita yang masih tetangganya sendiri. Bunga 18 tahun menangis ketika mengetahui bahwa Ia tidak menstruasi selama dua bulan dikarenakan hamil dari tes urin yang positif. Gadis itu bertambah bingung ketika ia harus meminta pertanggungjawaban kepada pemuda yang telah menghamilinya yang sekarang tidak dapat dihubungi lagi.” Dua remaja pada kasus yang berbeda tersebut adalah sebagian kecil dari masalah yang sering kita dengar di sekitar kita. Seorang remaja berkata”.....padahal saya dan dia sudah sering seperti suami istri. Saya sangat mencintainya. Pacar saya jauh lebih dewasa dari usia saya. Dia 25 sedangkan saya 16 tahun. Orang tua tidak tahu kalau hubungan kami sudah jauh...soalnya kami selalu berhati-hati....” Beberapa contoh di atas, menunjukkan bahwa pemahaman remaja terhadap resiko perilaku yang mereka lakukan seringkali sangat minim. Perkataan seorang remaja seperti yang dikutip di atas, beranggapan bahwa hubungan mereka telah dilakukan dengan berbagai pencegahan dan antisipasi, akan tetapi sebenarnya yang mereka ketahui adalah informasi yang salah. Cara pandang remaja yang salah terhadap seksualitas memberikan dampak negatif bagi generasi muda. Dalam hal ini, remaja perempuan lebih rentan terhadap berbagai risiko dan kerugian dari pelaku seksual tersebut. Seperti, resiko kehamilan, aborsi, lebih banyak akan diderita oleh perempuan.

Menurut Guarenti, merebaknya kasus HIV/AIDS di kalangan remaja di beberapa negara di Afrika salah satunya diakibatkan oleh kurangnya pemahaman remaja terhadap kesehatan reproduksi. “Yang perlu digarisbawahi adalah mengangkat topik tentang kesehatan reproduksi di kalangan remaja itu tidak sama dengan menyodorkan alat kontrasepsi ke remaja,” katanya. Hal ini karena, topik tersebut sangat diminati oleh remaja sehingga perlu kehati-hatian dalam menjelaskannya.

Siapakah remaja itu?

Remaja adalah masa peralihan dan masa kanak-kanak ke masa dewasa. Periode masa remaja dalam kehidupan manusia, batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. Masa remaja merupakan periode dimana seseorang mulai bertanya-tanya mengenai berbagai fenomena yang terjadi di lingkungan sekitarnya sebagai dasar bagi pembentukan nilai diri mereka.

Menurut WHO (badan PBB untuk kesehatan dunia), usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun. Namun jika pada usia remaja seseorang sudah menikah, maka ia tergolong usia dewasa. Sebaliknya, jika usia sudah bukan lagi remaja tetapi masih tergantung pada orang tua (tidak mandiri), maka dimasukkan ke dalam kelompok remaja. Memang masa remaja adalah masa yang sangat didominasi dengan masalah-masalah seks.

Elliot Turiel (1978) menyatakan bahwa para remaja mulai membuat penilaian tersendiri dalam menghadapi masalah-masalah populer yang berkenaan dengan lingkungan mereka, misalnya: politik, kemanusiaan, perang, keadaan sosial, dan sebagainya. Remaja tidak lagi menerima hasil pemikiran yang kaku, sederhana, dan absolut yang diberikan pada mereka selama ini tanpa bantahan. Remaja mulai mempertanyakan keabsahan pemikiran yang ada dan mempertimbangan lebih banyak alternatif lainnya. Secara kritis, remaja akan lebih banyak melakukan pengamatan keluar dan membandingkannya dengan hal-hal yang selama ini diajarkan dan ditanamkan kepadanya.

Remaja dan Pubertas

Bicara mengenai remaja, tentunya tidak terlepas dari fase pubertas. Fase pubertas merupakan bagian yang sangat penting dalam perkembangan seksualitas seseorang, sebab, secara seksual mulai berfungsi secara sepenuhnya. Pada awalnya, pubertas dianggap sebagai tanda awal keremajaan. Namun, hal ini ternyata tidak lagi valid sebagai patokan atau batasan untuk pengkategorian remaja, sebab usia pubertas yang dahulu terjadi pada akhir usia belasan (15-18) kini terjadi pada awal belasan bahkan sebelum usia 11 tahun. Seorang anak berusia 10 tahun mungkin saja sudah mengalami pubertas, namun tidak berarti ia sudah bisa dikatakan sebagai remaja dan sudah siap menghadapi dunia orang dewasa. Ia belum siap menghadapi dunia nyata orang dewasa, meski di saat yang sama ia juga bukan anak-anak lagi.

Ketika seorang anak memasuki masa pubertas, yang ditandai dengan menstruasi pertama pada remaja putri atau pun perubahan suara pada remaja putra, secara biologis dia mengalami perubahan yang sangat besar. Pubertas menjadikan seorang anak tiba-tiba memiliki kemampuan untuk berreproduksi. Pada masa pubertas, hormon seseorang menjadi aktif dalam memproduksi dua jenis hormon (*gonadotrophins* atau *gonadotrophic hormones*) yang berhubungan dengan pertumbuhan, yaitu: 1) *Follicle-Stimulating Hormone* (FSH); dan 2). *Luteinizing Hormone* (LH). Pada anak perempuan, kedua hormon tersebut merangsang pertumbuhan *estrogen* dan *progesterone*. Pada anak laki-laki, *Luteinizing Hormone* yang juga dinamakan *Interstitial-Cell Stimulating Hormone* (ICSH) merangsang pertumbuhan testosterone.

Anak perempuan akan mendapat menstruasi, sebagai pertanda bahwa sistem reproduksinya sudah aktif. Selain itu, juga terjadi perubahan fisik seperti payudara mulai berkembang. Anak lelaki mulai memperlihatkan perubahan dalam suara, otot, dan fisik lainnya yang berhubungan dengan tumbuhnya hormon testosterone. Bentuk fisik mereka akan berubah secara cepat sejak awal pubertas dan akan membawa mereka pada dunia remaja.

Bagaimana remaja memahami masalah seksualitas?

Sering remaja malah terjebak dengan mitos-mitos seputar permasalahan seks. Benarkah remaja kurang memahami masalah seksualitas dan resiko akibat kurangnya pemahaman tersebut? Pesatnya perkembangan informasi saat ini dan ditambah keingintahuan remaja tentang masalah seks yang begitu besar sering mengakibatkan remaja mengalami perubahan pola pikir. Perubahan itu mempengaruhi cara pandang remaja terhadap seksualitas dan membentuk perilaku seksual tersendiri. Remaja umumnya kurang mengenali organ tubuhnya. Tidak sedikit diantara mereka yang bertanya pada teman sebaya tentang perubahan fisik yang dialami. Dan tidak sedikit pula diantaranya yang terjebak informasi salah, sehingga perilaku menyimpang dari remaja sering kita temukan. Banyak remaja yang tidak mengerti mengapa terjadi perubahan ragawi pada mereka.

Remaja putri mulai mengalami masa menstruasi, tumbuhnya payudara, tumbuhnya rambut di bagian-bagian tertentu, sampai kemunculan jerawat yang menimbulkan rasa rendah diri. Sedangkan remaja pria mulai merasakan tumbuhnya jakun yang berakibat pada perubahan suara yang cenderung berat dan besar. Ereksi yang biasa hanya dirasakan setiap pagi mulai dirasakan pada saat tertentu. Semua ini kerap melahirkan belasan pertanyaan di benak mereka. Namun repotnya, mereka malu bertanya pada sumber yang tepat. Sementara itu, orang tua berharap pubertas atau proses pematangan organ reproduksi dengan sendirinya akan membentuk pemahaman remaja bahwa sistem reproduksi sudah terjadi. Namun, karena anggapan bahwa pendidikan seks masih tabu mengakibatkan remaja tersebut malu untuk bertanya kepada orang tuanya dan orang tua pun menganggap tidak perlu memberikan penjelasan hal tersebut kepada anaknya karena mereka berpikir, anak tersebut akan mengerti dengan sendirinya berjalan menuju kedewasaannya.

Selain itu, rendahnya pengetahuan para remaja tentang pengetahuan kesehatan reproduksi, menyebabkan mereka lebih mempercayai sumber-sumber informasi yang tidak sepatutnya untuk dijadikan bahan rujukan. Di antaranya VCD porno, internet, dan media massa (baik dalam bentuk koran maupun tabloid). Sekolah yang seharusnya bisa dijadikan tempat untuk memberikan informasi kepada siswanya, dengan alasan-alasan tertentu justru menjadi sebaliknya. Akhirnya remaja lebih akrab untuk mengakses berbagai informasi yang tidak sebenarnya. Kenyataan yang menyedihkan sekali ketika banyak remaja justru tidak mengetahui apa dan bagaimana cara mereka mendapatkan pelajaran dan pengetahuan tentang masalah seks. Banyak remaja yang melakukan hubungan seksual sebelum menikah ternyata banyak yang tidak didasari oleh pengetahuan yang cukup berkaitan dengan perilakunya.

Menurut Laurike, langkah awal yang harus dipahami oleh remaja adalah mengenali proses pematangan organ reproduksi mereka. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran terhadap tubuh sendiri dan pemahaman bahwa tubuhnya adalah miliknya dan tanggungjawabnya, sangat diperlukan khususnya bagi remaja perempuan. Misalnya ketika bersama kekasihnya, kemampuan berkata

“tidak” yang seringkali berhubungan erat dengan rasa percaya diri, harus selalu dilatihkan. Remaja laki-laki juga harus sering diajak mengembangkan kemampuan mengelola dorongan seksualnya dan menghormati perempuan.

Pemecahan masalah

Suatu solusi untuk mengatasi kurangnya pemahaman remaja terhadap masalah seksualitas ini yaitu dengan memasukkan informasi kesehatan reproduksi remaja ke dalam kurikulum di sekolah. Dalam hal ini akan terjadi Pro dan kontra. Kelompok pro menyatakan perlu informasi mengenai kesehatan reproduksi disampaikan pada murid karena diharapkan bisa menjadi benteng remaja dalam mencegah perbuatan free seks. Sedangkan kelompok yang kontra khawatir, kalau informasi itu disampaikan pada remaja, malah memicu remaja untuk meniru atau bahkan mempraktikkan free seks tersebut. Informasi dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja seperti itu sedikit banyak diharapkan bisa menjawab tantangan remaja di era sekarang yang kian berat. Jika dulu remaja mengalami fase dewasa lebih lambat dan langsung menikah dini, kini remaja mengalami fase dewasa lebih cepat lantaran faktor gizi dan lainnya, tapi menikahnya lebih tua. Oleh sebab itu, semestinya diajarkan bagaimana menurunkan libido seksual mereka dengan membuang energi yang berlebihan.

Solusi yang dapat dilakukan dapat dengan menambah aktivitas mereka misalnya memperbanyak kegiatan ekstra di luar bidang studi, memperkuat iman dan memberikan bekal budi pekerti yang cukup matang lewat pendidikan. Memang penanaman sikap dan nilai semacam ini memerlukan waktu dan proses yang panjang, di samping kerja sama yang baik dari orangtua, guru maupun lingkungan di sekitar remaja itu sendiri.

Beberapa tips untuk orangtua agar anak dan remaja tak sungkan berkomunikasi tentang seks:

1. Ubah cara berpikir, bahwa makna pendidikan seks itu sangat luas, tidak hanya berkisar masalah jenis kelamin dan hubungan seksual. Tapi di dalamnya ada perkembangan seluruh tubuh manusia, hubungan antar manusia (antar keluarga, teman, pacar dan perkawinan), kemampuan personal (termasuk di dalamnya tentang nilai, komunikasi, negosiasi dan pengambilan keputusan); perilaku seksual, kesehatan seksual (meliputi kontrasepsi, pencegahan Infeksi Menular Seksual (IMS), HIV/AIDS, aborsi dan kekerasan seksual), serta budaya dan masyarakat (tentang jerider, seksualitas dan agama).
2. Mengajarkan tentang pendidikan seks sejak dini. Seperti saat anda mulai mengajari “ini hidung”, atau “ini mulut”, maka pada saat itulah anda mengajarnya “ini penis” atau “ini vulva”. Jangan menggunakan istilah-istilah yang tidak tepat (misalnya “nenen” untuk mengganti kata payudara atau yang lainnya), karena dengan demikian tanpa sengaja kita telah membuat dikotomi, antara organ yang biasa dan organ yang “jorok” atau

tabu atau negatif. Karena persepsi tentang bagian tubuh yang keliru akan berdampak negatif bagi anak di masa yang akan datang.

3. Manfaatkan “Golden Moments”, misalnya saat sedang menonton televisi atau saat sedang melakukan aktivitas berdua (masak, membereskan tempat tidur), dan lain-lain.
4. Mendengarkan dengan sungguh-sungguh apa yang diucapkan putera-puteri, pahami pikiran dan perasaan mereka. Dengan demikian mereka akan merasa diterima, jika sudah merasa diterima, mereka akan membuka diri, percaya dan mudah diajak kerja sama.
5. Gunakan pendekatan agama. Kita harus meyakini bahwa segala masalah dan persoalan di dunia ini harus diselesaikan dengan nilai-nilai agama. Karena nilai-nilai agama tidak akan pernah berubah sampai kapan pun. Anak-anak juga harus diajak mempraktekkan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil yang ingin dicapai dari penyebaran informasi masalah seksualitas pada remaja adalah untuk membentuk sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai masalah seksualitas dan proses reproduksi. Peranan orangtua atau pendidik amatlah besar dalam memberikan alternatif jawaban dari hal-hal yang dipertanyakan oleh putra-putri remajanya.

Orangtua yang tidak mampu memberikan penjelasan dengan bijak dan bersikap kaku akan membuat sang remaja tambah bingung. Remaja tersebut akan mencari jawaban di luar lingkaran orangtua dan nilai yang dianutnya. Ini bisa menjadi berbahaya jika “lingkungan baru” memberi jawaban yang tidak diinginkan atau bertentangan dengan yang diberikan oleh orangtua. Konflik dengan orangtua mungkin akan mulai menajam. Sebaliknya, orangtua yang bijak akan memberikan lebih dari satu jawaban dan alternatif supaya remaja itu bisa berpikir lebih jauh dan memilih yang terbaik.

Bekal iman, pendidikan, pergaulan yang sehat, serta hubungan yang mesra antara orangtua dengan anak serta keterbukaan dalam keluarga merupakan bekal yang amat berharga bagi remaja agar mereka dapat meniti kehidupan dengan selamat.

Daftar Pustaka

- Campbell, Neil A., Jane B. Reece and Laurence G. Mitchell. 1999. *Biologi*. Alih bahasa oleh Lestari Rahayu dkk. Jakarta: Erlangga.
- Emery, Alan E.H., (Alih Bahasa Hartono), (1985), *Dasar-dasar Genetika Kedokteran*, Yogyakarta, Essensia, Medika
- Kimball, John W., Siti Soetarmi T. dan Nawangsari Sugiri. 1990. *Biologi*. Jakarta : Gramedia
- Lewis, Ricky, (1997), *Human Genetics, Concepts and Application*, 2nd edition, New York, WMC. Brown Publisher.
- Sambrook J, Fritsch EF and Maniatis T. *Molecular Cloning. A Laboratory Manual*. 2nd. Cold Spring Harbor Laboratory Press, USA. 1989.
- Suryo, (1986), *Genetika Manusia*, Yogyakarta, Gajah Mada.