

# CINTA: REMAJA DAN SEKS EDUKASI

Abdullah

Universitas Muhammadiyah Malang

## Abstrak

Cinta adalah topik yang sangat menarik dan penuh dengan banyak ide serta pendapat dari berbagai kalangan. Setiap orang membutuhkan cinta dalam hidupnya karena tidak ada manusia yang bisa hidup di dunia ini tanpa dukungan serta interaksi dengan orang lain dan hal itu tidak terlepas dari cinta. Cinta bagi remaja seringkali dianggap sebagai hubungan yang wajar. Banyak remaja menganggap bahwa ungkapan rasa cinta kepada orang lain diwujudkan dengan perilaku seksual, seperti berhubungan intim layaknya pasangan suami istri. Remaja yang tergerus oleh pesatnya media melalui pesan kognitifnya secara tidak langsung menerima berbagai informasi mengenai cinta dan mengaplikasikan dalam kehidupan sosial secara negatif yang berujung pada kehamilan di luar nikah dan pernikahan dini. Pendidikan seks bagi remaja sangat diperlukan, baik dari lingkungan sosial maupun pendidikan serta dukungan orang tua secara komprehensif sangat dituntut lebih dominan untuk memperkenalkan makna cinta sesuai dengan perkembangannya. Memberikan pengetahuan yang benar pada remaja tentang resiko seks bebas baik secara psikologis, sosial, budaya, norma dan agama sangat diperlukan sebagai kontrol terhadap perilaku remaja saat ini dalam memaknai cinta yang sebenarnya.

Kata kunci: Cinta, Remaja dan Pendidikan Seks

## Abstract

Love is a very interesting topic and filled with lots of ideas and opinions from various circles. Everyone needs love in his life because no human being can live in this world without the support and interaction with other people and it can't be separated from love. Love for adolescents is often considered a reasonable relationship. Many teens consider that the expression of love to others is manifested by sexual behaviors, such as sex like husband and wife. Teens are eroded by the rapid media through its cognitive message indirectly receive a variety of information about love and apply it in social life negatively which leads to pregnancy outside marriage and early marriage. Sex education for adolescents are needed, both from the social environment as well as education and support for parents in a comprehensive manner is highly demanded more dominant to introduce the meaning of love in accordance with its development. Providing the correct knowledge on teenagers about the risks of sex either psychological, social, cultural, and religious norms is very necessary as control of the behavior of today's youth in the real meaning of love.

Keywords: Love, Adolescents and Sex Education

Cinta adalah hal yang sangat menarik untuk diperbincangkan. Setiap orang membutuhkan cinta dalam hidupnya karena dalam setiap perilaku dan hubungan antar manusia tidak terlepas dari cinta. Sebagian besar hubungan atau cinta berasal dari keluarga misalnya ayah dan ibu, orangtua dan anak, hubungan kekerabatan dari orangtua dan yang tampak dalam usia perkembangan adalah remaja. Kebutuhan hubungan cinta dapat mendukung sese-

orang bisa sukses dalam hubungan dengan orang lain. Ada perubahan yang cukup signifikan dalam diri seseorang ketika berada pada usia remaja yang mengalami perasaan cinta seperti tampak lebih ceria, menikmati aktifitas kesehariannya dan merasa lebih bahagia.

Definisi "cinta" menurut *The American Heritage College Dictionary*, adalah mendalam, perasaan lembut dalam kasih sayang dan perhatian

terhadap orang lain, seperti yang timbul dari hubungan kekerabatan atau rasa kesatuan. Hal ini menunjukkan bahwa perasaan keterikatan pribadi yang hangat atau daya tarik yang kuat untuk orang lain, berupa cinta, kasih sayang, pengabdian, kesukaan, kegilaan.

Fromm (2005) melihat manusia sebagai makhluk yang teralienasi, disebabkan oleh ketidakmampuan manusia mengontrol sosialitas kerja dan ilmu pengetahuannya. Alienasi juga terjadi karena kesadaran akan kenyataan bahwa dirinya terpisah dari alam, berbeda dengan yang lain. Meskipun manusia makhluk yang teralienasi karena keterpisahannya dengan alam, tidak berarti manusia adalah makhluk yang terlempar tanpa pencipta. Manusia adalah makhluk yang tidak hadir dengan sendirinya. Manusia dicipta; hasil sebuah kreasi dan Tuhan adalah kreatornya. Bahkan, sebagai makhluk yang dicipta, manusia memiliki tingkat misteri yang hampir sama dengan Tuhan.

Manusia dengan demikian sebaiknya membawa perubahan ke arah yang lebih baik. Eksistensi manusia adalah makhluk yang bersendiri, bebas menentukan dirinya, memiliki kesadaran terpisah dari alam. Kesadaran ini mengharuskan membangun relasi dengan manusia lain. Namun, secara eksistensi pula, manusia sebenarnya ada bersama, ketika lahir pun tidak sendiri. Oleh karena itu, sendiri yang dimaksud adalah sendiri dalam kesadaran dan kebebasan; tetapi berelasi pula dengan kesadaran, karena kesadaran mengharuskan berelasi.

Melalui cinta, Fromm (2005) lebih lanjut membuktikan bahwa kebutuhan akan relasi pada manusia merupakan kebutuhan yang tidak terelakkan. Cinta menjadi hubungan yang paling mendasar. Cinta adalah sebuah emosi dari kasih sayang yang kuat dan ketertarikan pribadi. Dalam konteks filosofi, cinta merupakan sifat baik yang mewarisi semua kebaikan, perasaan belas kasih dan sayang. Cinta adalah sebuah aksi atau kegiatan aktif yang dilakukan manusia terhadap objek lain, berupa pengorbanan diri, empati, perhatian, kasih sayang, membantu, menuruti perkataan, mengikuti, patuh, dan mau melakukan apapun yang diinginkan objek tersebut.

Akan tetapi sangat disayangkan, cinta yang memiliki makna tulus dan penuh kasih

disalahartikan oleh kalangan remaja. Remaja menganggap bahwa cinta dibuktikan dengan sentuhan, kontak badan bahkan melakukan seks bebas dengan pasangannya diluar pernikahan. Remaja dikalangan pendidikan memperoleh informasi tentang cinta dan seksualitas terutama dari teman karena remaja menganggap bahwa teman lebih menghargai opini mereka dibandingkan orang tua (Osorio, Guzman & Calatrava, 2009).

Dukungan sosial, teman sebaya, keluarga dan orang tua sangat diperlukan untuk membantu remaja dalam memahami makna cinta, resiko perilaku seks bebas dan pergaulan yang tidak terbatas seperti kehamilan di luar nikah, aborsi, penyakit menular seksual dan HIV-AIDS. Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku seksual remaja dan aspek pendidikan seks di Kenya dalam mengendalikan perilaku seksual remaja. Hal ini dibuktikan dengan adanya mayoritas siswa di Sekolah Menengah Umum *Uasin Gishu District* adalah secara aktif perilaku seksual ditunjukkan oleh nilai statistik tentang pengalaman seksual yang meliputi kehamilan, aborsi, dan PMS (Penyakit Menular Seksual) termasuk HIV, walaupun pihak sekolah sudah mengantisipasi untuk merubah perilaku seksual siswa di sekolah, tetapi pendidikan seks dirasa kurang efektif (Wanyonyi, 2014).

### Cinta Remaja

Baumgardner dan Grother (2010) menjelaskan bahwa ada dua hal yang membagi cinta, yaitu: a) *Passionate* atau *romantic love*, merupakan cinta yang bergairah, memiliki daya tarik seksual yang kuat, tergila-gila, mendalami makna secara totalitas, keasyikan dengan kekasih kita, idealisasi pribadi, keinginan untuk kedekatan fisik, kebutuhan yang kuat untuk timbal balik dan asmara dalam tahap awal, seperti berpacaran, sepasang kekasih yang menjalin cinta, pandangan pertama, b) *Companionate love*, disebut juga cinta dalam pertemanan yang dibangun di atas persahabatan yang penuh kasih, dapat menggambarkan pernikahan pertama, emosi yang rendah dan lebih tenang, lebih tenang daripada cinta kasih seperti layaknya sahabat, anggota keluarga, orangtua terhadap anak.

Remaja pada usia 12-16 tahun (Hurlock, 2004)

berada pada masa pencarian identitas diri dimana remaja akan bertanya pada dirinya mengenai “Siapa dan bagaimana saya?”, sehingga pada usia remaja ini pendidikan seks difokuskan untuk menemukan identitas diri, baik mengenai seputar reproduksi maupun perkembangan psikoseksual. Terkait dengan penemuan identitas diri, maka perlu bagi remaja untuk menjalin komunikasi dan hubungan yang lebih dekat dengan orang tua yang memiliki jenis kelamin yang sama dengan dirinya. Remaja putri sebaiknya memiliki hubungan lebih dekat dengan ibunya daripada kepada sang ayah, begitupun sebaliknya. Orangtua harus menerima perubahan diri anaknya sebagai bagian yang wajar dari pertumbuhan seorang anak-anak menuju tahap dewasa, dan tidak memandangnya sebagai hal yang tidak pantas karena anak pada masa ini dipersiapkan untuk menerima tanggungjawab sebagai seorang dewasa, misalnya menghadapi kehidupan berumah tangga.

Riset pada 4.691 laki-laki dan perempuan berusia 15-24 tahun dengan metode cluster di New York (Lindberg & Zimet, 2012) menunjukkan bahwa pendidikan seks tentang pantang melakukan seks bebas dan kontrol kelahiran dikaitkan dengan perilaku seksual yang sehat hasilnya tidak signifikan dimana pendidikan seks ternyata tidak mampu memberikan proteksi terhadap individu untuk melakukan hubungan seks, tetapi hanya berhasil memberikan instruksi dalam penggunaan alat kontrasepsi, pemilihan mitra seks, dan hasil kesehatan reproduksi.

Saat ini remaja memahami makna cinta melalui pergaulan, informasi dari teman bahkan mencari sesuatu yang bertema cinta melalui internet. Hal ini didukung dengan kemudahan akses dan teknologi seperti *handphone*, tablet dan beberapa layanan internet yang disediakan secara gratis baik di sekolah maupun di kafe, tetapi tidak dipergunakan secara layak dan semestinya. Internet digunakan oleh remaja sebagai alat komunikasi media sosial, hiburan dan secara eksplisit untuk melihat tayangan seksual, sehingga remaja menganggap cinta lebih mengarah kepada hubungan seksual (Simon & Daneback, 2013).

Perilaku afiliasi yang mengacu pada hubungan persahabatan dan stimulasi dari sebuah hubungan yang pada akhirnya menumbuhkan rasa cinta

(Weiss, 1998) seperti kegiatan bersama, belanja bersama dan sharing berbagai informasi secara efektif mempengaruhi hubungan yang lebih dekat menjadi pasangan (pacar) dan didominasi oleh komunikasi serta ikatan emosional yang kuat sehingga menumbuhkan cinta antar personal.

Cinta antar personal merupakan refleksi dari keterikatan hubungan emosional yang diyakini dapat memberikan suasana yang berbeda dari sekedar pertemanan. Dengan demikian, untuk memahami hubungan cinta perlu mempertimbangkan keyakinan, tujuan, dan strategi dalam menciptakan hubungan yang romantis, cerdas, lebih menarik, dan lebih sosial *extraversi* daripada yang lain serta cenderung menginginkan hubungan intim atau peduli dengan orang lain, bukan sekedar seksualitas melainkan lebih ke arah hal-hal yang positif (Campbell, Foster & Finkel, 2002).

### Cinta Dalam Perspektif Seks Edukasi

Fromm (2005) mengungkapkan idenya mengenai cinta sebagai jawaban dari masalah eksistensi manusia karena terdapat jawaban utuh yang terletak pada pencapaian penyatuan antar pribadi dan peleburan dengan pribadi lain, sehingga hasrat inilah yang paling kuat pengaruhnya dalam diri manusia. Inilah kerinduan mendasar, kekuatan yang menjaga ras manusia, keluarga dan masyarakat untuk selalu bersama, lebih lanjut dijelaskan oleh Fromm, mengenai cinta yaitu: a) Penyatuan simbiosis, memiliki pola hubungan antara pasif dan aktif dimana keduanya tidak dapat hidup tanpa yang lain. Dalam istilah klinis disebut sebagai *Masokhisme*, yaitu pribadi yang keluar dari perasaan isolasi dan keterpisahan yang tak tertahankan dengan menjadikan dirinya bagian dan pribadi lain yang mengatur, menuntun dan melindungi dirinya, b) Cinta yang dewasa, merupakan penyatuan di dalam kondisi yang tetap memelihara integritas dan individualitas seseorang yang aktif dalam diri manusia menyatukan dirinya dengan yang lain dimana dalam mengatasi keterpisahan pada manusia, hanya cinta yang dewasa ditunjukkan dengan hasrat untuk memberi daripada menerima sehingga memberi akan lebih membahagiakan daripada menerima.

Triangular *theory of love* (Baumgardner & Grother, 2010) menjelaskan keanekaragaman cinta

yang diciptakan oleh Stenberg pada tahun 1986-1987 yaitu: a) *Intimacy*, saling memahami, perasaan yang hangat, memiliki perasaan keterikatan, kedekatan atau *closeness*, keterhubungan atau *connectedness*, ikatan atau *bondedness*. Keintiman adalah elemen emosi, yang didalamnya terdapat kehangatan, kepercayaan (*trust*) dan keinginan untuk membina hubungan, b) *Passion* (gairah) adalah elemen motivasi yang disadari oleh dorongan dari dalam diri yang bersifat seksual, emosi yang kuat, kegembiraan, gairah secara fisiologis, berkaitan dengan hasrat seksual dan daya tarik, c) *Commitment*, pengambilan keputusan untuk tetap bersama dengan orang lain dalam jangka pendek, dalam jangka panjang adalah mencapai kebersamaan untuk menyusun rencana kedepan yang lebih baik, misal: pernikahan d) *Romantic love* (*intimacy* dan *passion*), keintiman dan gairah yang tinggi menggambarkan cinta yang romantis dan tidak ada komitmen dengan pasangan, e) *Companionate love* (*intimacy* dan *commitment*), cinta yang berkembang secara perlahan dibangun diatas keintiman yang tinggi dan komitmen yang kuat, sehingga ketika gairah muda memudar dalam pernikahan, cinta dalam pertemanan, mendalam, kasih sayang dalam persahabatan menjadi dasar yang kuat untuk dipertahankan, f) *Fatuous love* (*passion* dan *commitment*), kombinasi antara gairah cinta yang kuat dengan komitmen tanpa adanya keintiman dan komitmen hanya berdasarkan pada gairah semata, g) *Infatuated love* (*passion only*), hanya ada gairah semata-mata tanpa keintiman dan komitmen, adanya cinta satu malam tanpa berpikir untuk melanjutkan hubungan yang lebih baik, h) *Empty love* (*commitment only*), tidak ada gairah, tidak ada keintiman, dan hanya ada komitmen untuk hidup bersama karena hubungan emosional, i) *Consummate love* (*intimacy, passion and commitment*), cinta yang lengkap ini dilandasi oleh keintiman, gairah dan komitmen sebagai cinta yang sempurna yang didambakan setiap orang. Cinta yang sempurna adalah bentuk lengkap perwujudan cinta, mewakili hubungan yang ideal ke arah mana orang berusaha. Dari tujuh jenis cinta yang sudah dipaparkan, cinta yang sempurna adalah berteori menjadi cinta yang terkait dengan "pasangan yang sempurna".

Penulis melihat bahwa remaja saat ini dalam memahami cinta masuk dalam kategori *Infatuated love* (*passion only*), dimana cinta antara dua orang yang berbeda jenis kelamin dilakukan hanya karena gairah semata-mata tanpa keintiman dan komitmen, sehingga tidak berpikir lebih jauh kedepan demi hubungan atau masa depan yang lebih baik. Maka dari itu seks edukasi sangat diperlukan untuk mengontrol perilaku remaja yang rawan menuju ke hubungan seks bebas. Remaja perlu pendidikan seks yang lebih komprehensif sejak awal, disampaikan oleh individu yang ahli (konsultan kesehatan) dan nyaman dalam penyampaiannya terhadap remaja (Lester & Allan, 2006).

Seks edukasi atau pendidikan mengenai kesehatan reproduksi penting diberikan kepada remaja, baik melalui pendidikan formal maupun informal agar dapat membuka wawasan mengenai seks yang benar dan dapat menjaga diri dari seks bebas. Pendidikan seks yang benar adalah memasukkan aspek-aspek agama, budaya, moral dan akhlak (Djiwandono, 2001). Seks edukasi lebih konsen terhadap pertumbuhan jenis kelamin, fungsi kelamin sebagai alat reproduksi dan informasi mengenai menstruasi, mimpi basah sampai kepada timbulnya birahi karena adanya perubahan pada hormon-hormon laki-laki dan perempuan, termasuk membahas masalah kehamilan dan perkawinan.

Pendidikan seks (*sexs education*) bukan berarti belajar mengenai cara berhubungan seksual melainkan sebagai media diskusi yang realistis, jujur, dan terbuka yang diprioritaskan bagi remaja karena dalam pendidikan seks diberikan pengetahuan yang faktual dalam menempatkan seks pada perspektif yang tepat terkait dengan *self-esteem* (rasa penghargaan terhadap diri), penanaman rasa percaya diri dan difokuskan pada peningkatan kemampuan dalam mengambil keputusan. Mayoritas orang tua, profesional kesehatan, dan masyarakat setuju bahwa harus ada pendidikan seksualitas di sekolah dan anak perempuan harus menunda melahirkan sampai mereka mandiri (pernikahan).

Esensi dari seks edukasi adalah program pendidikan seksualitas yang menganjurkan kepada remaja pantang melakukan seks bebas sampai

menikah berdasarkan pada keyakinan agama bahwa pasangan tidak harus melakukan hubungan seksual di luar nikah, karena hal ini merupakan perilaku yang tidak bermoral (Brewer, Brown & Migdal, 2007).

## KESIMPULAN

Manusia memiliki ketertarikan sendiri dalam merasakan, menggambarkan dan memaknai arti cinta. Cinta sebagai sebuah perasaan memperhatikan, menyayangi, dan menyukai yang mendalam. Biasanya, rasa cinta disertai dengan rasa rindu dan hasrat terhadap objek yang dicintai. Kekuatan positif yang ada pada setiap individu adalah cinta. Kekuatan yang akan membawa manusia pada suatu penyatuan, dan pembentukan tingkah laku dan jiwa yang positif. Setiap manusia pasti memiliki rasa cinta. Maka kita mengetahui satu hal, bahwa dalam diri manusia ada suatu kekuatan dan kebenaran yang sangat indah. Tidak terlihat namun dapat dirasa. Hal itu disebut cinta.

Cinta sebagai bentuk emosi yang mengandung ketertarikan, hasrat seksual, dan perhatian pada seseorang. Cinta membuat seseorang ingin memiliki hubungan khusus dengan orang lain melalui cara-cara tertentu. Pertama, keterhubungan secara fisik (*physically*), jika mencintai seseorang maka Anda ingin dekat secara fisik dengannya. Anda ingin berdekatan dengannya. Jika jauh, maka akan merindukannya. Keterhubungan fisik juga berarti adanya keinginan untuk berhubungan seksual dengan lawan jenisnya. Ada hasrat seksual di dalam cinta. Kedua, keterhubungan pengalaman dan keterlibatan emosional. Jika mencintai seseorang, maka ingin memiliki pengalaman bersamanya, berbagi pengalaman dan saling berinteraksi dalam suatu hubungan. Anda ingin menjadi bagian dari pengalaman yang dimilikinya, menjadi seseorang yang penting bagi yang Anda cintai. Memiliki keterlibatan emosional yang mendalam padanya. Jika ada yang berbicara kurang baik tentangnya, Anda cenderung tidak suka pembicaraan itu. Ketiga, berbagi dalam sebuah pengalaman yang penuh keintiman. Jika Anda mencintai seseorang, maka Anda ingin berada dalam suasana yang intim. Anda ingin tidak ada orang lain yang berada dalam hubungan itu. Hanya berdua saja yang ada dalamnya. Pergi ke mana-

mana ingin berdua saja. Jika ada seseorang yang nimbrung, Anda kurang menyukainya.

Pendidikan seks sudah seharusnya diberikan kepada anak-anak yang sudah beranjak dewasa atau remaja, baik melalui pendidikan formal maupun informal. Ini penting untuk mencegah biasanya *sex education* maupun pengetahuan tentang kesehatan reproduksi di kalangan remaja, sehingga dirasa perlu bahwa pendidikan seks secara tidak langsung dapat mengontrol perilaku remaja terkait dengan seks bebas, aborsi, kehamilan di luar nikah sampai ke Penyakit Menular Seksual (PMS). Pendidikan seks penting bagi remaja agar mereka mendapatkan informasi yang benar dan akurat mengenai masalah seksual dan kesehatan reproduksi. Pendidikan seks untuk remaja bertujuan melindungi remaja dari berbagai akibat buruk karena persepsi dan perilaku seksual yang keliru. Melalui pendidikan seks remaja diharapkan dapat menempatkan seks pada porsi yang tepat bahkan tidak kebablasan dalam menafsirkan arti seks serta mencoba mengubah anggapan negatif tentang seks. Rendahnya pemahaman tentang pendidikan seks dikarenakan masih banyaknya anggapan keliru mengenai pendidikan seks.

## DAFTAR RUJUKAN

- Baumgardner & Grother. (2010). *Positive psychology*. New Jersey: Pearson
- Brewer, G., Brown, M., B. & Migdal, M., J. (2007). The importance of appropriate sexuality education. *Paper of Center for Inquiry*.
- Campbell, W., K., Foster, C., A. & Finkel, E., J. (2002). Does self-love lead to love for others? A story of narcissistic game playing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83 (2), 340–354
- Djiwandono. (2001). *Menjawab pertanyaan-pertanyaan anak anda tentang seks*. Jakarta: PT. Gramedia
- Fromm, E. (2005). *The art of loving*. Fresh Book: Harper & Brothers
- Hurlock, E. (2004). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka
- Lester, C. & Allan, A. (2006). Teenage sexual health needs: Asking the consumers. *Health Education*, 106, 315-326

- Lindberg, L., D. & Zimet, I., M. (2012). Consequences of sex education on teen and young adult sexual behaviors and outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 51 (4), 332–338
- Osorio, A., Guzman, F. & Calatrava, M. (2009). Relationships, love and sexuality: What the Filipino teens think and feel. *BMC Public Health*, 9 (282), 1-13
- Simon, L. & Daneback, K. (2013). Adolescents' use of the internet for sex education: A thematic and critical review of the literature. *International Journal of Sexual Health*, 25, 305–319
- Wanyonyi, H., S. (2014). Youth sexual behaviour and sex education. *International Journal of Education and Research* 2 (3) 1-14
- Weaver, A., D., Byers, E., S., Sears, H., E. & Randall, H., E. S. (2002). Sexual health education at school and at home: Attitudes and experiences of New Brunswick parents. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 11 (1)
- Weiss, R. S. (1998). A taxonomy of relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 671–683