

# KETERAMPILAN *PEER COUNSELING* DALAM MENYIKAPI BAHAYA KEHAMILAN TAK DIINGINKAN BAGI REMAJA

Ulfa Danni Rosada<sup>1)</sup>, Siti Muyana<sup>2)</sup>

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan<sup>12)</sup>  
rosada\_ulfa@yahoo.co.id<sup>1)</sup>, smuyana@yahoo.com<sup>2)</sup>

## Abstrak

Remaja adalah masa penting dalam siklus kehidupan manusia, remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan masa aktif untuk berekspresi dan berkreasi tetapi terkadang remaja distigma oleh negara dan masyarakat atas kasus-kasus yang terjadi pada mereka. Pendidikan seks masih dianggap sebagai sesuatu yang tabu dalam budaya Indonesia. Oleh karena itu, penting untuk memberikan layanan pendidikan seks dan kesehatan reproduksi pada remaja dengan berbasis nilai-nilai lokal dalam budaya Indonesia. Salah satu bentuk program atau akses dalam pemberian informasi mengenai kesehatan reproduksi dapat dilakukan melalui *peer counseling*.

**Kata Kunci:** *peer counseling*, kehamilan tak diinginkan

### A. Pendahuluan

Menjalin hubungan yang baru dan lebih dewasa dengan teman-teman seusia baik dengan teman-teman sejenis maupun lawan jenis menjadi suatu hal yang sangat penting dalam tahapan ini. Pemikiran-pemikiran dan energi-energi masa remaja cenderung difokuskan untuk memastikan peran sosial laki-laki ataupun perempuan, dengan menerima kondisi fisik mereka dan memanfaatkan tubuh mereka secara efektif. Mereka mulai mengembangkan keterampilan kognitif baru yang meliputi penalaran abstrak dan memahami inter-relasi fisik dan sosial. Keterampilan-keterampilan baru ini membantu meningkatkan strategi-

strategi mengatasi kondisi stres dan masalah-masalah setiap harinya. Masa remaja tengah dimulai, dan terus, memerlukan serangkaian sistem nilai dan etika untuk membimbing perilaku mereka. Mereka mengembangkan suatu ideologi yang menyiapkan mereka untuk pernikahan, kehidupan berkeluarga dan karier ekonomi.

Kharisma (2016) Sepanjang 2015 lalu, jumlah persalinan bayi oleh remaja berusia 10-18 tahun di DI Yogyakarta masih tinggi. Berdasarkan data dari Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) DIY, 1.078 remaja puteri yang semestinya masih berstatus pelajar melahirkan bayi. Dari angka 1.078 remaja puteri yang melahirkan

di 2015 itu, masih menurut catatan PKBI DIY, 976 diantaranya berasal dari kehamilan yang tak diinginkan. Daerah yang paling mendominasi yakni Bantul dengan 276 kasus. Ironis bagi wilayah yang dicap sebagai kota pendidikan.

Suryaningsih (2016), Dinas Kesehatan DIY di tahun 2015 mencatat ada 1.078 remaja usia sekolah di Yogyakarta yang melakukan persalinan. Dari jumlah tersebut, 976 di antaranya hamil di luar pernikahan. Angka kehamilan diluar nikah merata di lima kabupaten/kota di DIY. Di Bantul ada 276 kasus, Kota Yogyakarta terdapat 228 kasus, Sleman terdapat 219 kasus. Kemudian Gunungkidul terdapat 148 kasus, dan Kulonprogo terdapat 105 kasus.

Pernikahan dan kehamilan seharusnya menjadi sebuah fase kehidupan seseorang yang harus dipersiapkan dengan matang. Namun dengan adanya kehamilan yang terjadi sebelum pernikahan, maka akan berdampak buruk pada kondisi fisik, psikologis, dan sosial dari sepasang remaja terutama remaja perempuan. Ketidaksiapan mental dalam menghadapi proses kehamilan itu sendiri. Proses menjadi ibu adalah sesuatu yang harus dipersiapkan dengan baik, sebab keadaan psikologis ibu pada saat hamil akan sangat mempengaruhi kepribadian sang anak kelak. Kehamilan sebelum pernikahan yang menimpa remaja

biasanya terjadi pada saat usia mereka belum mencapai 20 tahun.

## **B. Pembahasan**

### **1. Keterampilan (Skill)**

*Skill* adalah kemampuan untuk menggunakan akal, fikiran dan ide dan kreativitas dalam mengerjakan, mengubah ataupun membuat sesuatu menjadi lebih bermakna sehingga menghasilkan sebuah nilai dari hasil pekerjaan tersebut. Ada juga pengertian lain yang mendefinisikan bahwa *skill* adalah suatu kemampuan untuk menerjemahkan pengetahuan ke dalam praktik sehingga tercapai hasil kerja yang diinginkan (Suprpto, 2009). Kemampuan dalam berkomunikasi mengeluarkan ide, pendapat bahkan di dalam penerimaan pendapat maupun saran dari orang lain dapat menjadi faktor keberhasilan melaksanakan tugas yang baik.

Menurut Dunnette (1976), Pengertian keterampilan adalah kapasitas yang dibutuhkan untuk melaksanakan beberapa tugas yang merupakan pengembangan dari hasil *training* dan pengalaman yang didapat. Hal senada diutarakan oleh Nadler (1986), *skill* adalah kegiatan yang memerlukan praktek atau dapat diartikan sebagai implikasi dari aktivitas. Menurut Gordon (1994), Keterampilan adalah kemampuan pekerjaan secara mudah dan cermat.

Pengertian ini biasanya cenderung pada aktivitas psikomotor.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan yang dimiliki seseorang untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan merupakan suatu cara yang dipakai untuk mendapat, mempertahankan, dan mengungkapkan pengetahuan serta merupakan cara untuk menyelesaikan masalah.

## 2. *Peer Counseling*

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia, teman sebaya diartikan sebagai kawan, sahabat, atau orang yang sama-sama bekerja atau berbuat. Menurut Hunainah (2011) mengatakan teman sebaya (*peers*) adalah peserta didik dengan tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama. Hal senada juga diutarakan oleh Santrock (2007) mengenai teman sebaya yakni bahwa kawan-kawan sebaya adalah anak-anak atau remaja yang memiliki usia atau tingkat kematangan yang kurang lebih sama. Dari beberapa pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa teman sebaya adalah hubungan individu pada anak-anak atau remaja dengan tingkat usia yang sama serta melibatkan keakraban yang relatif besar dalam kelompoknya.

Memperhatikan pentingnya peran teman sebaya, pengembangan lingkungan teman sebaya yang positif merupakan cara efektif yang

dapat ditempuh untuk mendukung perkembangan remaja. Dalam kaitannya dengan keuntungan remaja memiliki kelompok teman sebaya yang positif, Laursen (2005) menyatakan bahwa kelompok teman sebaya yang positif memungkinkan remaja merasa diterima, memungkinkan remaja melakukan katarsis, serta memungkinkan remaja menguji nilai-nilai baru dan pandangan-pandangan baru. Lebih lanjut Laursen menegaskan bahwa kelompok teman sebaya yang positif memberikan kesempatan kepada remaja untuk membantu orang lain, dan mendorong remaja untuk mengembangkan jaringan kerja untuk saling memberikan dorongan positif. Interaksi di antara teman sebaya dapat digunakan untuk membentuk makna dan persepsi serta solusi-solusi baru.

Pada awalnya konseling teman sebaya muncul dengan konsep *peer support* yang dimulai pada tahun 1939 untuk membantu para penderita alkoholik (Carter, 2005). Dalam konsep tersebut diyakini bahwa individu yang pernah kecanduan alkohol dan memiliki pengalaman berhasil mengatasi kecanduan tersebut akan lebih efektif dalam membantu individu lain yang sedang mencoba mengatasi kecanduan alkohol. Dari tahun ke tahun konsep bantuan teman sebaya terus merambah ke sejumlah setting dan issue dan sering kali dalam dunia

konseling disebut konseling teman sebaya. Selain itu pengertian layanan konseling sebaya menurut Erhamwilda (2015) adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya yang terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.

Program konseling teman sebaya mempunyai alasan-alasan yang rasional, terstruktur, aktivitasnya khas atau spesifik, personal yang melakukannya juga khusus dan diorganisir secara terus menerus. Konseling teman sebaya secara kuat menempatkan keterampilan-keterampilan komunikasi untuk memfasilitasi eksplorasi diri dan pembuatan keputusan. “Konselor” sebaya bukanlah konselor profesional atau ahli terapi. “Konselor” sebaya adalah para siswa (remaja) yang memberikan bantuan kepada siswa lain di bawah bimbingan konselor ahli. Dalam konseling sebaya, peran dan kehadiran konselor ahli tetap diperlukan. Program ini merupakan usaha mempengaruhi (memperbaiki tingkah laku yang dimiliki oleh siswa), yaitu tingkah laku yang dapat membedakan antara tingkah laku yang pantas dengan tidak pantas, dan

menggunakan tingkah laku yang pantas menjadi identitas pribadi yang diharapkan, serta menemukan berbagai cara pemecahan masalah, dan memberikan pengalaman yang memberikan motivasi mengikuti pelatihan untuk pengembangan diri mereka sebagai orang dewasa yang matang dan bertanggung jawab.

Konseling teman sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh siswa terhadap siswa yang lainnya. Siswa yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau pembinaan oleh konselor. Siswa yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu siswa lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, baik akademik maupun non-akademik.

### **3. Kehamilan Tidak Diinginkan**

Kehamilan tidak diinginkan merupakan proses yang sehat dan jika kehamilan itu tidak diinginkan, ia merupakan suatu penyakit. Kehamilan merupakan proses faal yang secara normal terjadi pada manusia sebagai insting untuk mempertahankan keturunannya di bumi. Oleh karenanya kehamilan sebagai tanda akan hadirnya anggota baru dan penerus keturunan, pada umumnya akan disambut dengan gembira. Kegembiraan itu sendiri yang sering menutupi resiko yang dihadapi oleh perempuan hamil. Mereka pada umumnya tidak sadar bahwa

kehamilan dapat mempengaruhi kesehatan bahkan dapat mengancam jiwa si calon ibu. Dan ternyata tidak semua kehamilan disambut dengan kegembiraan oleh orang tuanya. Beberapa kehamilan justru tidak diinginkan. Biasanya untuk mengatasi masalah kehamilan yang tidak diinginkan tersebut mereka menempuh jalan aborsi. Menurut Kusmiran (2014) beberapa alasan mengapa kehamilan remaja dapat menimbulkan risiko antara lain rahim remaja belum siap untuk mendukung kehamilan. Rahim (*uterus*) baru siap melakukan fungsinya setelah umur 20 tahun, karena pada usia ini fungsi hormonal melewati masa kerjanya yang maksimal. Rahim pada seorang wanita mulai mengalami kematangan sejak umur 14 tahun yang ditandai dengan dimulainya menstruasi. Selain itu sistem hormonal remaja belum terkoordinasi dengan lancar, dapat dilihat dari siklus menstruasi yang belum teratur serta kematangan psikologis remaja untuk menghadapi proses persalinan yang traumatik dan untuk mengasuh anak atau memelihara belum cukup.

#### **4. Faktor Penyebab Kehamilan Tidak Diinginkan**

Kehamilan merupakan konsekuensi logis dari hubungan pergaulan bebas antar remaja yang berbeda jenis kelamin, yang cenderung tidak dapat dikendalikan dengan baik. Kehamilan diluar nikah

merupakan cermin dari ketidakmampuan seorang remaja dalam mengambil suatu keputusan dalam pergaulannya dengan lawan jenis (Dariyo, 2004). Menanggapi hal tersebut, seorang remaja harus diberikan pemahaman mengenai konsekuensi pergaulan bebas serta tindakan tepat yang dapat diambil ketika remaja terjerumus dalam pergaulan bebas.

#### **5. Akibat yang Ditimbulkan oleh Kehamilan Tidak Diinginkan**

Daryono (2004) menjelaskan bahwa para ahli dari berbagai bidang pendidikan, sosiologi, ekonomi, kedokteran, dan hukum menyimpulkan lima masalah konsekuensi logis yang harus ditanggung oleh remaja, yaitu sebagai berikut: (a) *Konsekuensi terhadap pendidikan: putus sekolah (DO)*. Remaja wanita yang hamil, umumnya tidak memperoleh penerimaan sosial dari lembaga pendidikannya, sehingga harus dikeluarkan dari sekolahnya. Demikian pula bagi remaja laki-laki yang menjadi pelaku utama penyebab kehamilan itu, mau tidak mau juga akan mengalami nasib yang sama, yaitu *drop-out* dari sekolahnya. (b) *Konsekuensi sosiologis: sangsi sosial*. Orang tua yang anaknya hamil, cenderung akan menanggung rasa malu. Maka untuk menyelesaikan masalah ini, pada umumnya jalan yang diambil adalah menikahkan remaja yang hamil

dengan laki-laki yang menghamili. (c) *Konsekuensi penyesuaian dalam kehidupan keluarga baru*. Ketidakmampuan remaja dalam menyesuaikan diri menyebabkan sering terjadi konflik pada remaja yang menikah karena hamil diluar nikah. (d) *Konsekuensi ekonomis: pemenuhan kebutuhan ekonomis keluarga*. Ketidaksiapan remaja dalam hal ekonomi untuk menghidupi anaknya dapat menimbulkan stress dan gangguan psikis lainnya. (e) *Konsekuensi hukum*. Secara hukum Negara remaja dapat menutupinya dengan menikah resmi yang tercatat dalam kantor catatan sipil, akan tetapi secara hukum Islam menikah dalam keadaan hamil tidak diperbolehkan.

## **6. Pencegahan Kehamilan Tidak Diinginkan**

Menurut Suryoprajogo (2009) pencegahan yang dapat dilakukan terhadap kehamilan tidak diinginkan adalah sebagai berikut: (a) Tidak melakukan hubungan seksual sebelum menikah. (b) Memanfaatkan waktu luang dengan melakukan kegiatan positif seperti olahraga, seni dan keagamaan. (c) Hindari perbuatan-perbuatan yang akan menimbulkan dorongan seksual, seperti meraba-raba tubuh pasangannya dan menonton video porno. (d) Memperoleh informasi tentang manfaat dan penggunaan alat kontrasepsi. (e) Mendapatkan keterangan tentang kegagalan alat

kontrasepsi dan cara penanggulangannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa untuk mencegah timbulnya kehamilan pada diri remaja, hal utama yang harus diperhatikan yakni pemahaman diri terhadap tindakan seksual pranikah dan akibatnya. Adanya pemahaman mengenai tindakan seksual pranikah dan akibatnya akan membantu remaja untuk dapat menghindari terjadinya kehamilan tidak diinginkan. Selain itu, kegiatan positif untuk memanfaatkan waktu luang seperti olahraga, kegiatan keagamaan juga dapat dilakukan untuk membantu remaja agar terhindar dari keinginan-keinginan melakukan tindakan seksual pranikah yang akan berdampak buruk bagi dirinya.

## **C. Penutup**

Kehamilan tidak diinginkan merupakan suatu kehamilan yang terjadi dikarenakan suatu sebab sehingga keberadaanya tidak diinginkan oleh salah satu atau kedua calon orangtua bayi tersebut. Beberapa kehamilan justru tidak diinginkan. Biasanya untuk mengatasi masalah kehamilan yang tidak diinginkan tersebut mereka menempuh jalan aborsi. Menanggapi hal tersebut, seorang remaja harus diberikan pemahaman mengenai konsekuensi pergaulan bebas serta tindakan tepat yang dapat diambil

ketika remaja terjerumus dalam pergaulan bebas.

Program konseling teman sebaya mempunyai alasan-alasan yang rasional, terstruktur, aktivitasnya khas atau spesifik, personal yang melakukannya juga khusus dan diorganisir secara terus menerus. Konseling teman sebaya secara kuat menempatkan keterampilan-keterampilan komunikasi untuk memfasilitasi eksplorasi diri dan pembuatan keputusan. “Konselor” sebaya bukanlah konselor profesional atau ahli terapi. “Konselor” sebaya adalah para siswa (remaja) yang memberikan bantuan kepada siswa lain di bawah bimbingan konselor ahli. Dalam konseling sebaya, peran dan kehadiran konselor ahli tetap diperlukan. Program ini merupakan usaha mempengaruhi (memperbaiki tingkah laku yang dimiliki oleh siswa), yaitu tingkah laku yang dapat membedakan antara tingkah laku yang pantas dengan tidak pantas, dan menggunakan tingkah laku yang pantas menjadi identitas pribadi yang diharapkan, serta menemukan berbagai cara pemecahan masalah, dan memberikan pengalaman yang memberikan motivasi mengikuti pelatihan untuk pengembangan diri mereka sebagai orang dewasa yang matang dan bertanggung jawab.

#### Daftar Pustaka

Carter, T. D. (2005). *Peer Counseling: Roles,*

*Functions, Boundaries.* ILRU Program. [Online]. Tersedia: <http://www.peercounseling.com>, diakses 10 Agustus 2017.

Dariyo, A. 2004. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda.* Jakarta: Grasindo.

Daryono. 2004. *Kenakalan Remaja.* Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Dunnette. 1976. *Ketrampilan Mengaktifkan Siswa,* Jakarta: Kencana Prenada Media Group

Erhamwilda. 2015. *Layanan Konseling Sebaya Alternatif Kreatif layanan Bimbingan Konseling di Sekolah.* Yogyakarta: Media Akademi

Gordon. 1994. *Management Sistem Informasi.* Jakarta: TP. Midas Surya Grafindo

Hunainah. 2011. *Teori dan Implementasi Model Konseling Sebaya.* Bandung: Rizqi Press

Kharisma, Wilujeng. 2016. *Sebanyak 976 Pelajar Yogyakarta Hamil di Luar Nikah,* [Online], <http://www.pikiran-rakyat.com/pendidikan/2016/01/26/358573/sebanyak-976-pelajar-yogyakarta-hamil-di-luar-nikah>, diakses 11 Agustus 2017.

Kusmiran, E. 2014. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan*

- Wanita. Jakarta : Salemba Medika
- Laursen, E.K. (2005). *Rather Than Fixing Kids - Build Positive Peer Cultures*. Reclaiming Children and Youth. 14. (3). 137 – 142. (ProQuest Education Journals).
- Nadler. 1986. *Keterampilan Belajar*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Santrock. J W. 2007. *Remaja Edisi 11 Jilid 2*. Jakarta : Erlangga.
- Suprpto, Tommy. 2009. *Pengantar Teori dan Manajemen Komunikasi Cetakan 8*. Yogyakarta: MedPress.
- Suryaningsih, Endang Koni. 2016. *Hamil di Luar Nikah, Mengapa Angkanya Tinggi?*. [Online] [http://krjogja.com/web/news/read/13838/Hamil di Luar Nikah Mengapa Angkanya Tinggi](http://krjogja.com/web/news/read/13838/Hamil_di_Luar_Nikah_Mengapa_Angkanya_Tinggi), diakses 11 Agustus 2017
- Suryoprajogo. 2009. Psikologi Kehamilan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.