

RAHASIA

LAMPIRAN A

Kata Pengantar

Kami sedang melakukan penelitian dengan topik "Pengaruh Pemberian Informasi Mengenai Seksualitas pada Sikap terhadap Hubungan Seksual Pranikah". Dalam kesempatan ini, kami memohon bantuan saudara/i untuk dapat mengisi kuesioner ini.

Perlu kami ingatkan, tidak ada jawaban yang salah dalam mengisi kuesioner ini. Semua jawaban yang saudara/i berikan adalah benar. Dan jawaban saudara/i berikan akan kami jaga kerahasiaannya. Oleh karena itu, kami mohon saudara/i untuk mengisi kuesioner ini dengan sejujur-jujurnya, sesuai dengan kondisi saudara/i saat ini.

Sebelum dan sesudahnya, kami mengucapkan terima kasih atas kesediaan saudara/i untuk mengisi kuesioner ini.

Bandung, November 2006

Peneliti

RAHASIA

Identitas

Jenis Kelamin : L / P

Umur : _____ tahun

Status : Sedang berpacaran / Sedang tidak berpacaran

Bagian 1. Pilihlah jawaban yang menurut dapat menggambarkan diri Saudara secara tepat

- Kapan terakhir kali Saudara mendapatkan informasi mengenai seksualitas
 - 1 – 2 hari lalu
 - 3 – 4 hari lalu
 - 5 – 6 hari lalu
 - 1 minggu lalu
- Sumber informasi apa yang Saudara pakai terakhir kalinya? Dan tuliskan alasan Saudara memakai sumber tersebut.

No	Sumber Informasi	Alasan
1	Orangtua	
2	Orang yang lebih tua	
3	Guru	
4	Buku yang bersifat ilmiah	
5	Seminar / Lokakarya	
6	Teman	
7	Buku porno	
8	Film porno	
9		

Bagian 2. Tuliskan jawaban Saudara untuk persoalan di bawah ini.

- Menurut Saudara, apa saja yang bisa dilakukan orang-orang yang sedang pacaran?

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

- Saudara diberi kesempatan untuk memberi pendapat terhadap perilaku yang Saudara sebutkan di atas, dengan penilaian sebagai berikut:

Nilai 1 : Jika Saudara sangat tidak setuju dengan perilaku tersebut

Nilai 2 : Jika Saudara tidak setuju dengan perilaku tersebut

Nilai 3 : Jika Saudara ragu untuk memberi nilai terhadap perilaku tersebut

Nilai 4 : Jika Saudara setuju dengan perilaku tersebut

Nilai 5 : Jika Saudara sangat setuju dengan perilaku tersebut

No	Perilaku yang bisa dilakukan (sesuai urutan jawaban no 3)	Nilai				
		1	2	3	4	5
a.						
b.						
c.						
d.						
e.						
f.						
g.						
h.						
i.						
j.						

RAHASIA

3. Apa yang Saudara rasakan jika Saudara mendapatkan kesempatan untuk melakukan perilaku tersebut dengan pacar Saudara:

- Nilai 1 : Jika Saudara sangat tidak senang dengan perilaku tersebut
 Nilai 2 : Jika Saudara tidak senang dengan perilaku tersebut
 Nilai 3 : Jika Saudara ragu untuk memberi nilai terhadap perilaku tersebut
 Nilai 4 : Jika Saudara senang dengan perilaku tersebut
 Nilai 5 : Jika Saudara sangat senang dengan perilaku tersebut

No	Perilaku yang bisa dilakukan (sesuai urutan jawaban no 3)	Nilai				
		1	2	3	4	5
a.						
b.						
c.						
d.						
e.						
f.						
g.						
h.						
i.						
j.						

4. Apa yang akan Saudara lakukan jika Saudara mendapat kesempatan untuk melakukannya:

- Nilai 1 : Jika Saudara sangat menolak untuk melakukannya
 Nilai 2 : Jika Saudara akan menolak perilaku tersebut
 Nilai 3 : Jika Saudara ragu untuk memberi nilai terhadap perilaku tersebut
 Nilai 4 : Jika Saudara melakukan perilaku tersebut
 Nilai 5 : Jika Saudara sangat antusias untuk melakukannya

No	Perilaku yang bisa dilakukan (sesuai urutan jawaban no 3)	Nilai				
		1	2	3	4	5
a.						
b.						
c.						
d.						
e.						
f.						
g.						
h.						
i.						
j.						

5. Menurut Saudara, perilaku apa yang boleh dilakukan mereka yang sedang pacaran, dan apa akibatnya?

No	Perilaku yang Boleh Dilakukan	Akibat
a.		
b.		
c.		
d.		
e.		
f.		
g.		
h.		
i.		
j.		

RAHASIA

6. Menurut Saudara, perilaku apa yang tidak boleh dilakukan mereka yang sedang pacaran, dan apa akibatnya?

No	Perilaku yang Tidak Boleh Dilakukan	Akibat
a.		
b.		
c.		
d.		
e.		
f.		
g.		
h.		
i.		
j.		

7. Menurut Saudara, apa yang perlu dilakukan agar tidak melakukan perilaku seperti no 8? Silahkan tuliskan juga alasan Saudara, mengapa menyarankan demikian.

No	Pencegahan dengan:	Alasan
a.		
b.		
c.		
d.		
e.		
f.		
g.		
h.		
i.		
j.		

8. Bagaimana perasaan Saudara saat Saudara berhasil untuk tidak melakukan hal yang tidak boleh dilakukan saat pacaran?

Apa yang menyebabkan Saudara merasa demikian?

9. Bagaimana perasaan Saudara jika suatu saat Saudara melakukan hal yang menurut Saudara tidak boleh dilakukan saat pacaran? Dan apa yang menyebabkan Saudara merasakan hal itu?

Apa yang menyebabkan Saudara merasa demikian?

Bagian 3. Lingkarilah jawaban yang sesuai dengan kondisi Saudara

1. Saudara pernah mengisi kuesioner yang dibagikan pada tanggal 11 Oktober 2006? **Ya / Tidak**
2. Saudara mengikuti semua sesi seminar yang dilaksanakan pada tanggal 19 dan 20 Oktober 2006? **Ya / Tidak**

LAMPIRAN B

EVALUASI PEMBERIAN INFORMASI

Berikut adalah beberapa pernyataan mengenai topik seminar yang baru saja Saudara ikuti. Saudara diharapkan memberikan penilaian terhadap pernyataan dibawah ini **secara jujur, sesuai dengan keadaan Saudara.**

Berikan tanda \surd (benar) pada salah satu kolom yang tersedia di samping pernyataan.

Keterangan:

Saudara memberikan tanda \surd pada:

- | | |
|------------|--|
| STS | bila Saudara Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut |
| TS | bila Saudara Tidak Setuju dengan pernyataan tersebut |
| R | bila Saudara Ragu-ragu dengan pernyataan tersebut |
| S | bila Saudara Setuju dengan pernyataan tersebut |
| SS | bila Saudara Sangat Setuju dengan pernyataan tersebut |

LAMPIRAN B

EVALUASI PEMBERIAN MATERI

Bagian 1

No	Indikator	STS	TS	R	S	SS
1	Pembicara memberikan informasi dengan percaya diri					
2	Pembicara menguasai materi yang diberikan					
3	Pembicara menghargai jawaban yang diberikan peserta					
4	Pembicara menggunakan kalimat yang dipahami					
4	Pembicara memberikan kesempatan untuk tanya jawab					
5	Pembicara memberikan jawaban yang sesuai dengan pertanyaan peserta					
6	Materi yang diberikan sesuai dengan tujuan pemberian informasi					
7	Materi disampaikan secara menarik					
8	Suara pembicara jelas terdengar					
9	Gambar yang dipantulkan melalui LCD / OHP terlihat dengan jelas					
10	Sirkulasi udara dalam ruangan baik					
11	Cahaya dalam ruangan terang					
12	Tempat duduk membuat ngantuk					
13	Saya mengerti pembicaraan yang dilakukan selama seminar					
14	Seminar ini sesuai dengan harapan saya yang semula					
15	Saya mendapat manfaat dari seminar ini					
16	Saya dapat menggunakan informasi dari seminar ini dalam kehidupan sehari-hari					

Bagian 2

1. Hal baru apa yang Saudara dapatkan di seminar ini?

2. Manfaat apa yang Saudara dapatkan dari seminar ini?

3. Hal-hal apa saja yang menurut Saudara sudah baik dan perlu dipertahankan dari seminar ini?

4. Hal-hal apa saja yang menurut Saudara masih kurang baik dan perlu diperbaiki dari seminar ini?

Lampiran C

**Tabel Uji Statistika Wilcoxon Terhadap Data Pre-test dan Post Test
Mengenai Sikap Terhadap Perilaku Berpacaran**

No	Perilaku Berpacaran	Mean		Z	2 Tailed	Hasil Pengujian	Keterangan
		Pre-Test	Post-test				
1	Berpegangan tangan	13.26	13.11	-0.531	0.595	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
2	Lip kiss	8.87	8.26	-0.941	0.347	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
3	Berpelukan	11.10	10.63	-0.602	0.547	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
4	Sexual intercourse	4.13	3.63	-0.674	0.500	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
5	Jalan-jalan	13.22	13.44	-0.322	0.748	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin positif
6	Mencium pipi	11.88	12.00	-0.431	0.666	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin positif
7	Makan bersama	13.86	14.00	0.000	1.000	Tidak terdapat perbedaan	Tetap
8	Ngobrol bersama	14.00	14.17	-0.378	0.705	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin positif
9	Kencan	13.33	14.00	-1.134	0.257	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin positif
10	Curhat	14.20	13.20	-1.105	0.269	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
11	Meraba-raba tubuh pasangan	7.00	5.80	-0.552	0.581	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
12	Mencium kening	12.25	12.50	-0.272	0.785	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin positif
13	Merangkul bahu	12.25	12.25	0.000	1.000	Tidak terdapat perbedaan	Tetap
14	Membelai rambut	13.00	10.50	-0.447	0.655	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif
15	Menyayangi	14.50	14.50	0.000	1.000	Tidak terdapat perbedaan	Tetap
16	SMS / Telepon	13.50	14.50	-0.447	0.655	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin positif
17	Bercanda bersama	14.50	12.00	-1.342	0.180	Terdapat perbedaan, namun tidak signifikan	semakin negatif

Tabel Perubahan Valensi Komponen-komponen Sikap Terhadap Perilaku Berpacaran

No	Perilaku Berpacaran	Jumlah	Kognitif			Afeksi			Konasi		
			Pre-test	Post-test	Perubahan	Pre-test	Post-test	Perubahan	Pre-test	Post-test	Perubahan
1	Berpegangan tangan	27	122	119	Semakin negatif	121	119	Semakin negatif	115	116	Semakin positif
2	Lip kiss	23	68	63	Semakin negatif	69	66	Semakin negatif	67	61	Semakin negatif
3	Berpelukan	19	69	66	Semakin negatif	72	70	Semakin negatif	70	66	Semakin negatif
4	Sexual intercourse	16	20	19	Semakin negatif	23	19	Semakin negatif	23	20	Semakin negatif
5	Jalan-jalan	9	40	42	Semakin positif	40	43	Semakin positif	39	36	Semakin negatif
6	Mencium pipi	8	30	32	Semakin positif	33	32	Semakin negatif	32	32	Tetap positif
7	Makan bersama	7	33	33	Tetap positif	32	33	Semakin positif	32	32	Tetap positif
8	Ngobrol bersama	6	29	27	Semakin negatif	28	29	Semakin positif	27	29	Semakin positif
9	Kencan	6	27	28	Semakin positif	27	28	Semakin positif	26	28	Semakin positif
10	Curhat	5	25	22	Semakin negatif	24	22	Semakin negatif	22	22	Tetap positif
11	Meraba-raba tubuh pasangan	5	8	8	Tetap negatif	8	7	Semakin negatif	9	8	Semakin negatif
12	Mencium kening	4	18	17	Semakin negatif	15	18	Semakin positif	16	15	Semakin negatif
13	Merangkul bahu	4	17	16	Semakin negatif	16	16	Tetap positif	16	17	Semakin positif
14	Membelai rambut	2	9	7	Semakin negatif	9	7	Semakin negatif	8	7	Semakin negatif
15	Menyayangi	2	10	10	Tetap positif	9	10	Semakin positif	10	9	Semakin negatif
16	SMS / Telepon	2	9	10	Semakin positif	9	10	Semakin positif	9	9	Tetap positif
17	Bercanda bersama	2	10	8	Semakin negatif	10	8	Semakin negatif	9	8	Semakin negatif

Tabel Perubahan Valensi Sikap dan Komponen-komponen Sikap Terhadap Perilaku Berpacaran

No	Perilaku Berpacaran	Perubahan Valensi	Perubahan Kognisi	Perubahan Afeksi	Perubahan Konasi	Keterangan
1	Berpegangan tangan	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Semakin positif	Masih dalam range positif
2	Lip kiss	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Masih dalam range negatif
3	Berpelukan	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Masih dalam range positif
4	Sexual intercourse	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Masih dalam range negatif
5	Jalan-jalan	semakin positif	Semakin positif	Semakin positif	Semakin negatif	Masih dalam range positif
6	Mencium pipi	semakin positif	Semakin positif	Semakin negatif	Tetap positif	Masih dalam range positif
7	Makan bersama	Tetap positif	Tetap positif	Semakin positif	Tetap positif	Masih dalam range positif
8	Ngobrol bersama	semakin positif	Semakin negatif	Semakin positif	Semakin positif	Masih dalam range positif
9	Kencan	semakin positif	Semakin positif	Semakin positif	Semakin positif	Masih dalam range positif
10	Curhat	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Tetap positif	Masih dalam range positif
11	Meraba-raba tubuh pasangan	semakin negatif	Tetap negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Masih dalam range negatif
12	Mencium kening	semakin positif	Semakin negatif	Semakin positif	Semakin negatif	Masih dalam range positif
13	Merangkul bahu	Tetap positif	Semakin negatif	Tetap positif	Semakin positif	Masih dalam range positif
14	Membelai rambut	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Masih dalam range positif
15	Menyayangi	Tetap positif	Tetap positif	Semakin positif	Semakin negatif	Masih dalam range positif
16	SMS / Telepon	semakin positif	Semakin positif	Semakin positif	Tetap positif	Masih dalam range positif
17	Bercanda bersama	semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Semakin negatif	Masih dalam range positif

Pengajaran Firman Tuhan Tentang Seks

Oleh: Ev. Chang Khui Fa

1. Kej 1 : 27. Allah menciptakan manusia sebagai makhluk seks (sexual being).
 Manusia adalah spiritual being: pada dasarnya suka kepada hal-hal rohani.
 Manusia adalah social being: pada dasarnya suka bersosialisasi dengan orang lain.
 Manusia adalah sexual being: pada dasarnya suka pada seks.
 Ada identitas seks laki-laki dan perempuan.
 Identitas seks dicipta oleh Tuhan dan Tuhan menyatakan: segala yang dicipta sungguh amat baik (Kej 1 : 31).
 Keperbedaan identitas seks membuat pria dan wanita saling tertarik satu dengan yang lain (Kej 2 : 21 – 23).

2. Kej 1 : 28. Allah menciptakan seks dalam konteks pernikahan, melalui pemberkatan oleh Tuhan baru kemudian muncul perintah untuk beranak cucu dan bertambah banyak.

3. Kej 2 : 24. Laki-laki dan perempuan yang sudah diberikati menjadi satu daging. Satu daging = yada. Saling mengenal satu dengan yang lain.

4. Mat 19 : 6. Pernikahan ini adalah untuk seumur hidup, melalui pernikahan manusia belajar saling mengasihi, setia, komitmen.

Setelah manusia jatuh dalam dosa, terjadilah penyalahgunaan seks.

Lihat kisah Amnon dan Tamar (2 Sam 13 : 1 – 22)

- a. Seks hanya merupakan pemuasan biologis, tidak menyatu dengan kebutuhan manusia (loved and to beloved).
- b. Seks menjadi pemuasan dari jiwa manusia yang kosong dan kesepian.
- c. Seks terpisah dari totalitas manusia.

- d. Amnon memaksa berhubungan seks tidak melalui pemberkatan nikah, tidak merencanakan untuk berkeluarga dan tidak ingin mengenal Tamar.

Konsekuensi jika tidak taat kepada Firman Tuhan:

Pada Wanita

1. Muncul perasaan bersalah, merasa dirinya kotor, bekas, harga diri jatuh.
2. Kerugia lebih besar pada kenikmatan yang didapat (hilangnya virginity).
3. Seks seharusnya sebagai permulaan dari new and permanent relationship hilang dan berganti dengan perasaan ditipu.
4. Muncul dendam dan hopeless.
5. Kehamilan yang tidak diinginkan.

Pada Pria

1. Penyesalan yang terus menerus.
2. Merendahkan / menghina pasangan.
3. Keraguan: jangan-jangan pada setiap orang dia melakukan hal yang sama.
4. Hilang kepercayaan dir (bagi yang baru melakukan, yang sudah sering hati nuraninya menjadi mati).
5. Tidak lagi menikmati seks, karena merasa diri terjat di dalam rasa bersalah.

Gadis S:

Seperti kebanyakan orang, saya bermaksud menunggu sampai pernikahan untuk melakukan hubungan seks. Tetapi kemudian saya bertemu dengan seorang pemuda yang menjadi sangat istimewa bagi saya. Kami berpacaran selama 1.5 tahun dan selama 12 bulan yang pertama saya melawan semua tekanan fisik yang diinginkannya dari saya. Saya menjelaskan berulang-ulang bawa saya ingin menunggu, tetapi akhirnya saya menyerah. Tentu saja, pada saat itu kami saling mencintai satu sama lain dan ingin merencanakan pernikahan.

Tetapi tidak begitu lama setelah kami bermain cinta, ia memutuskan bahwa ia tidak mencintai saya lagi., kemudian kami berpisah. Perasaan bersalah dan luka hati yang saya alami berlangsung sembilan bulan. Selama bulan-bulan itu saya

harus berbicara kepada banyak teman yang mengerti saya untuk belajar memaafkan diri saya dan untuk mengatasi keinginan yang besar untuk memperhatikan pemuda itu lagi.

Tetapi sampai sekarang saya masih merasakan rasa sakit yang tidak pernah bisa hilang secara menyeluruh.

Pengajaran Perjanjian Baru Tentang Seks

1 Kor 7 : 2 – 5

1. Tuhan memulihkan seks dalam pernikahan (setia dalam pernikahan)
2. Suami dan istri sama-sama memiliki kebutuhan seksual dan harus saling dipuaskan dalam pernikahan.
3. Suami / istri tidak hanya memuaskan diri sendiri, tetapi harus saling memuaskan. Ini adalah tanda kesewasaan.
4. Hubungan seks suami istri haruslah menjadi kebiasaan yang terus menerus.

Diskusi Kelompok

1. Apa pandangan Saudara mengenai gaya pacaran sekarang ini?

Tujuan pacaran akhir-akhir ini sudah sangat bervariasi. Mulai dari "ingin mencoba" sampai kepada "ingin mencari pasangan hidup". Demikian juga halnya dengan gaya pacaran sudah semakin bervariasi. Mulai dari "jalan-jalan bareng ke mall" sampai "melakukan ML".

Lip kiss yang dulu masih dilakukan oleh mereka yang sudah menikah, sekarang sudah menjadi hal yang biasa dilakukan oleh pasangan remaja yang berpacaran. Gaya berpacaran sudah jauh berbeda sekarang ini jika dibandingkan dengan beberapa puluh tahun yang lalu.

2. Apakah kita mengikutinya?

Karena gaya berpacaran yang sudah terkesan "tanpa batas" menjadi hal yang biasa bagi beberapa orang, tidak menutup kemungkinan ada beberapa dari remaja SMA setuju dengan gaya tersebut. Bagaimana dengan Saudara. Apakah Saudara setuju dengan gaya seperti itu?

3. Beberapa contoh kasus yang bisa kita diskusikan sata ini.

- a. Sepasang kekasih melakukan ML sebelum menikah. Bagaimana pendapat Saudara mengenai kondisi ini. Apakah boleh dilakukan?
- b. Bagaimana jika mereka melakukannya secara sadar dan atas dasarsuka sama suka?

4. Kenapa kita tidak diharapkan mengikut arus?

Hal ini berhubungan dengan hakikat dan fungsi seks itu sendiri. Seks adalah sesuatu yang baik, sakral, yang berarti bahwa kita melakukan seks dengan 3 syarat. (1) Dengan orang yang tepat, (2) di pada waktu yang tepat, dan (3) di tempat yang tepat. Orang yang tepat adalah pribadi yang telah menikah dengan Saudara. Waktu yang tepat adalah setelah Saudara mendapatkan pemberkatan nikah, atau telah disahkan secara hukum. Sedangkan tempat yang tepat mengacu pada wadah untuk melakukan seks, yaitu wadah

pernikahan itu sendiri. Dan tentunya hal ini juga memiliki arti harafiah juga, yang berarti “tidak melakukan seks di sembarangan tempat”, dimana banyak orang dapat melihat, dan – mungkin – dapat membuat orang lain terangsang. Fungsi seks itu sendiri adalah untuk melakukan mandat ilahi, “beranak cuculah”. Saya mengartikan pernyataan ini sebagai kesiapan hati para pasangan yang ingin melakukan hubungan seks, baik secara mental maupun materi. Jika pasangan tersebut siap untuk beranak cucu, lakukanlah. Jika belum siap, jangan lakukan (toh mereka menikah belum tentu siap memiliki anak). Nah, jika ada beberapa dari Saudara yang sekarang sudah siap silahkan lakukan sesuai dengan hakekat seks, dan bukan hanya fungsinya.

Coba Saudara pikirkan masa depan Saudara. Apakah jika kita mengumbar nafsu dengan sembarangan orang di sembarangan tempat dapat membuat hidup lebih baik?

Cukup banyak orang yang pernah melakukan hubungan seks pranikah menyesal setelah mereka melakukannya. Jika mereka memiliki kesempatan, mereka akan kembali ke masa lalu dan mencegah dirinya untuk melakukan hal itu. Pertanyaannya adalah, apakah kita mau mengulang penyesalan mereka? Mungkin kita berpikir bahwa laki-laki tidak merasakan sama seperti yang dirasakan perempuan.

Saya mendapat sharing dari teman, bahwa saat pacar mengetahui cewenya sudah hamil – bahkan sudah melakukan aborsi – sang pacar mulai melakukan hal yang kasar kepada cewenya. Dalam bayangan saya, apakah sang pacar ingin menghindar dari cewenya? Karena tidak bisa, sang pacar “memaksa” sang cewe untuk jauh dari dia dengan cara memukuli dan berbicara kasar kepada pacarnya. Atau, sang pacar tidak ingin melihat cewenya yang sudah tidak perawan lagi?

Apapun alasannya, jangan pernah membayar harga yang tidak perlu untuk masa depan Saudara.

5. Bagaimana cara kita mengontrolnya?

Pertanyaan ini sebenarnya mudah untuk dijawab. Saya yakin sebagian besar – bahkan semua – peserta mengetahui jawabannya. Tapi sulit untuk dilakukan, karena kondisi lingkungan kita yang kurang kondusif untuk dapat membuat kita menahan diri.

Hal sederhana yang dapat kita lakukan adalah:

a. *Go west, when the evil go east*

Ketahui kelemahanmu. Apa yang dapat membuat Saudara terangsang secara birahi. Jika rasangan itu datang, menjauhlah dari situ.

Contohnya, saya akan terangsang jika melihat lawan jenis memakai pakaian renang. Jika demikian kedaannya, jangan berenang di "jam sibuk", atau "jangan lama-lama berenangnya". Atau apapun, yang membuat Saudara tidak terangsang.

b. Hindari tempat yang sepi

Sebagai manusia yang memiliki dorongan seksual, ada saat-saat tertentu dorongan itu begitu besar, sehingga merangsang kita untuk melakukan hal yang kurang baik. Jika sudah demikian, jangan pernah sendirian di tempat yang tertutup. Pergilah keluar dengan teman-temanmu, entah ke mana. Karena kesunyian dapat memicu Saudara untuk melakukan perilaku seksual yang kurang baik.

c. Hindari pacaran di tempat yang sepi dan gelap

Kita akan lebih mudah melakukan hal yang kurang benar jika tidak ada yang mengawasi. Sharing dari seorang teman. Sepasang pasangan muda mudi melakukan hubungan seksual saat di rumah kontraknya tidak ada orang lain selain pasangan tersebut.

Dan di beberapa film juga memperlihatkan bahwa hubungan seksual lebih banyak dilakukan di malam hari, dibanding siang hari.

d. Lakukan kegiatan lain yang dapat mengembangkan diri

Olah raga, belajar kelompok, jalan-jalan atau bercanda bersama teman-teman merupakan beberapa kegiatan yang dapat menghindarkan diri dari perbuatan seksual yang kurang baik.

Saat kita terfokus pada kegiatan yang kita lakukan, kita akan cenderung untuk tidak memikirkannya. Termasuk ketika kita letih, biasanya fokus kita lebih menuju "bagaimana saya dapat membuat diri saya tidak letih".

Oleh karena itu, cari dan lakukan kegiatan yang dapat mengembangkan diri Saudara.

e. *Looking beyond today*

Saudara diberi kesempatan untuk memikirkan dengan baik masa depan yang seperti apa yang Saudara impikan terjadi dalam hidup Saudara dan anak-anak Saudara, bahkan cucu-cucu Saudara dan generasi-generasi di bawah Saudara. Apakah hubungan seksual pranikah dapat membantu Saudara mewujudkan impian itu?

Hubungan seksual pranikah hanya memberikan kenikmatan sesaat, dan kekacauan dalam jangka waktu yang lama. Apakah kenikmatan sesaat dapat membayar masa depan yang cerah?

Resiko negatif hubungan seksual pranikah lebih besar, dibandingkan dengan kenikmatan sesaat yang Saudara dapatkan.

Akhir kata, pertimbangkan segala sesuatu yang mungkin akan Saudara hadapi saat Saudara terdorong untuk melakukan hubungan seksual pranikah yang kurang atau tidak baik.

Besok kita akan mengetahui dengan lebih jelas mengenai seksualitas. Dengarkanlah dengan baik, dan kami berharap semua yang diberikan pembicara dapat memberikan manfaat yang praktis untuk dapat kita lakukan di kehidupan sehari-hari.

Tuhan memberkati.

PERKEMBANGAN SEKSUALITAS SECARA DEWASA DAN BERTANGGUNG JAWAB

(dr. Rita Astriani)

1. PENDAHULUAN

Manusia diciptakan dengan dilengkapi dengan berbagai organ untuk bertahan hidup dan mempertahankan kelangsungan keberadaannya lewat sistem reproduksi. Kita mengenal manusia diciptakan sebagai pria dan wanita, dimana masing-masing mempunyai perbedaan dalam sistem dan peran dalam reproduksi yang mengikat, tidak mungkin ditukar.

Nafsu merupakan tanda kehidupan manusia. Nafsu merupakan pusat di otak yang berhubungan erat dengan pusat memori dan pusat lainnya. Itulah sebabnya mengapa penting mengisi memori dengan moral, agama, tata susila, dan lain-lain sejak kecil. Nafsu dapat dikendalikan apabila sejak kecil sudah diajarkan bagaimana mengendalikan diri jika nafsu muncul.

Nafsu seksual yang disalurkan lewat kasih sayang dan pada tempatnya, akan mendatangkan kenikmatan kedua belah pihak, tetapi nafsu seksual yang tidak dikendalikan akan menimbulkan malapetaka bagi diri sendiri dan orang lain yang terkait.

2. ANATOMI ALAT REPRODUKSI WANITA

Alat reproduksi wanita bagian luar yang disebut sebagai vulva, terdiri dari:

- Bibir luar kemaluan (Labia Mayora)
Merupakan bagian di sebelah kanan dan kiri. Bagian atas disebut mons veneris.
- Bibir dalam kemaluan (Labia Minora)
Terletak di sebelah dalam dari labia mayora kanan dan kiri. Keduanya bertemu di bagian depan / atas klitoris.
- Klitoris (Klentit)
Merupakan bagian yang terletak di pertemuan kedua labia minora di depan atas. Berukuran sebesar kacang kedelai, penuh berisi ujung-ujung saraf,

sehingga sangat peka terhadap rangsangan rabaan. Klitoris merupakan pusat rangsangan erotik.

- Hymen

Atau selaput dara. Merupakan pemisah antara dunia luar dengan liang sanggama (vagina). Berupa selaput tipis, di bagian tengahnya terdapat lobang. Bentuknya bermacam-macam.

Alat reproduksi wanita bagian dalam terdiri dari:

a. Vagina (Liang sanggama)

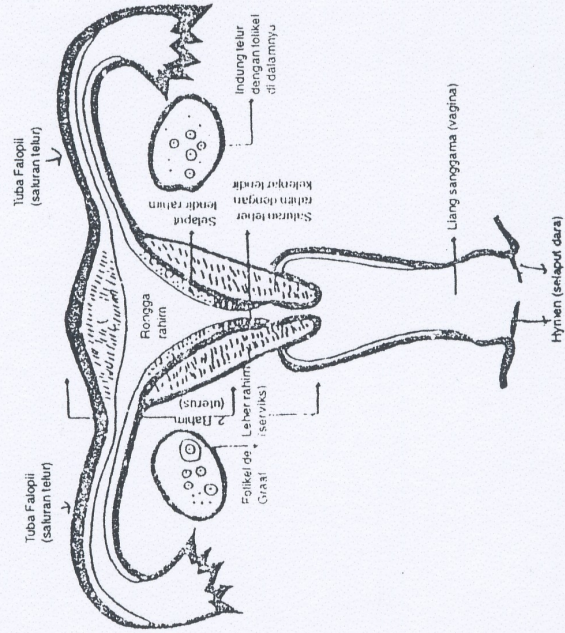
Merupakan saluran yang bermuara ke dunia luar, bagian dalamnya merupakan tempat muara dari mulut rahim. Vagina merupakan bagian yang paling penting dalam bersanggama. Dinding sepanjang vagina berlendir, yang berasal dari lendir mulut rahim dan dinding vagina sendiri. Lendir vagina bersifat asam.

b. Uterus

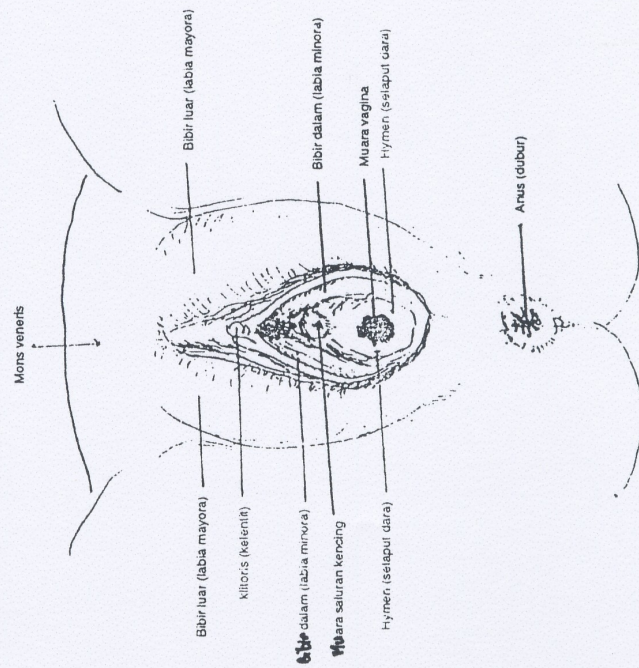
Terletak di bagian rongga perut, terdiri dari otot rahim yang membentuk dinding rahim, selaput lendir rahim, dan rongga rahim di bagian dalam. Pada kedua ujung kiri dan kanan bagian atas, berlanjut ke saluran telur. Bagian bawah lebih langsung dan bermuara ke vagina disebut leher rahim (serviks uteri).

Selaput lendir rahim ini akan mengalami perubahan dari waktu ke waktu sejalan dengan pengaruh hormon estrogen dan progesteron. Oleh pengaruh hormon estrogen selaput lendir akan semakin menebal. Oleh pengaruh progesteron selaput lendir rahim akan berisi lebih banyak cairan dan lendir. Apabila tidak terjadi kehamilan, maka selaput lendir rahim akan mengalami pengelupasan, rontok secara bertahap, sehingga terjadi luka dan mengeluarkan darah. Darah yang keluar tidak membeku karena adanya enzim antibeku yang dikeluarkan oleh sel-sel selaput lendir rahim yang rontok secara siklis.

PENAMPANG ALAT REPRODUKSI WANITA



PENAMPANG ALAT REPRODUKSI WANITA



c. Tuba fallopi atau saluran telur

Merupakan bagian yang menghubungkan rongga rahim dengan rongga perut. Berada di bagian atas kiri dan kanan rahim. Bagian ujung yang lepas, melebar seperti jari dan telapak tangan, yang dapat bergerak menelungkupi indung telur yang mengalami pemasakan sel telur, sehingga telur yang masak itu dapat segera ditangkap masuk ke saluran telur.

d. Ovarium (Indung telur)

Terletak di samping kanan dan kiri rahim, dekat muara saluran telur. Ukuran kurang lebih 2.5 – 3 cm. Di bagian dalam terdiri dari butiran-butiran calon telur. Pada setiap siklus menstruasi umumnya hanya sebutir telur yang masak.

3. FISILOGI ALAT REPRODUKSI

Fisiologi alat reproduksi sangat tergantung interaksi hormon dalam tubuh, khususnya hormon yang diproduksi di otak maupun di alat reproduksi itu sendiri.

Hormon-hormon itu antara lain:

- Gonadotropin Releasing Hormone (GnRH)

Diproduksi di Hipotalamus. Hormon ini mulai aktif menjelang akil balik. GnRH merangsang pusat kendali hormon di dasar tengkorak, yaitu hipofisis. Hipofisis akan menghasilkan Folikel Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH).

- FSH

Hormon ini berperan memicu indung telur, sehingga sekelompok sel-sel terpengaruh, namun sebutir saja yang akan mengalami proses pemasakan. Folikel tersebut akan semakin membesar. Sel-sel di sekitarnya akan semakin banyak, sehingga merupakan kesatuan sel telur masak yang disebut folikel De Graaf. Sel-sel disekitar sel telur itu akan menghasilkan hormon estrogen yang khas sebagai hormon kelamin wanita. Estrogen ini akan menyebabkan buah dada wanita tumbuh membesar, mempengaruhi

selaput lendir rahim sehingga semakin menebal. Estrogen ini kadarnya akan semakin meningkat dan menurunkan kadar FSH, sebaliknya hipofisis akan menghasilkan hormon LH.

- LH

Hormon ini akan memacu folikel De Graaf, sehingga telur masak, lalu keluar dari indung telur, masuk ke saluran telur. Dengan keluarnya telur yang masak itu, sel-sel sekitar yang tertinggal akan berubah menjadi korpus luteum, yang menghasilkan hormon progesteron. Progesteron ini yang mempengaruhi selaput lendir rahim yang sudah tebal ini menjadi gemuk karena berisi banyak lendir dan zat makanan, sehingga apabila ada pembuahan, maka rahim sudah siap menerima telur yang sudah dibuahi. Jika tidak terjadi pembuahan, selaput lendir tadi akan mengelupas dan terjadi menstruasi. Pada saat ini kadar estrogen dan progesteron turun, sehingga hipofisis mulai memproduksi FSH.

4. PERKEMBANGAN MASA REMAJA

Yang disebut dengan masa remaja terdiri dari masa pubertas dan masa adolescentia. Masa pubertas adalah masa antara usia 12 – 16 tahun dan masa adolescentia adalah masa antara usia 17 – 22 tahun.

Masa remaja merupakan salah satu fase dari perkembangan manusia, yaitu merupakan masa transisi dari masa anak ke masa dewasa. Yang menjadi sifat-sifat utama pada masa ini antara lain adanya perubahan-perubahan yang menonjol baik dalam jasmani maupun psikis.

Perubahan-perubahan dalam segi jasmaniah adalah pada masa ini mulailah bekerja hormon-hormon seksual, sehingga terjadi perubahan-perubahan pada jasmani anak, misalnya menstruasi, membesar buah dada, pinggul mulai melebar, timbulnya rambut-rambut pada tempat tertentu, dsb.

Tingkat kecepatan perkembangan tidaklah selalu sama bagi setiap anak dalam kurun waktu 14 – 20 tahun tersebut. Seorang anak dapat mencapai tingkat kematangan seksual lebih cepat daripada kematangan mental maupun emosional, serta dapat juga terjadi sebaliknya.

Dalam segi psikologisnya, terjadi juga perubahan-perubahan antara lain:

- Timbulnya minat terhadap dirinya
- Timbulnya minat terhadap jenis kelamin yang lain
- Timbulnya kesadaran akan dirinya sebagai individu yang berpribadi sendiri
- Timbulnya keinginan untuk dipuji orang lain, lebih-lebih oleh jenis kelamin yang berbeda.

5. DORONGAN SEKSUAL REMAJA

Dorongan seksual adalah suatu dorongan yang muncul dalam diri seseorang yang berhubungan dengan alat kelamin, pada pria penis, dan pada wanita vagina. Pada mulanya dorongan seksual seksual muncul dengan sendirinya, tetapi kemudian dorongan seksual seseorang dapat dibangkitkan oleh atau dengan menggunakan stimulus-stimulus dari luar seperti foto porno, percakapan, video maupun bacaan.

Dorongan seksual akan meningkat menjadi suatu kebutuhan pada masa remaja. Mengapa demikian? Pada masa remaja ditandai pertumbuhan pesat yang muncul dari fisik dan muncul tanda-tanda seks sekunder, sehingga kita dapat membedakan apakah anak remaja adalah pria atau wanita dengan hanya melihat bentuk tubuhnya. Melihat kondisi fisik tubuhnya didukung oleh adanya kandungan hormon seksual yang semakin meningkat dalam tubuhnya, remaja mulai mencoba-coba menggunakan tubuhnya dalam segala kegiatan, salah satu diantaranya adalah untuk menyalurkan dorongan seksualnya. Hal ini terjadi karena salah satu sifat remaja adalah adanya dorongan eksperimentasi.

Remaja yang sedang mencari identitas diri, sangat dipengaruhi oleh perkataan dan perbuatan teman sebayanya. Bila ada teman yang melakukan salah satu bentuk penyaluran seksual, apalagi teman dijadikan model oleh dirinya, maka anak remaja tersebut akan berusaha mengikutinya.

Bagaimana bentuk penanganan dorongan seksual?

Dalam menyalurkan dorongan seksual yang meningkat, seorang tidak harus melakukan hubungan seksual. Lakukan beberapa hal, diantaranya:

- a. Bertumbuh dalam iman kepada Tuhan
- b. Aktif dalam kegiatan keagamaan
- c. Olah raga
- d. Kegiatan sehubungan dengan sekolah
- e. Menyalurkan hobi
- f. Berani berkata TIDAK pada diri sendiri dan teman, serta menyiapkan alasan yang dapat diterima untuk menolak melakukan hubungan seksual.
- g. Menjauhi tempat atau kondisi yang rawan godaan, dll.

6. HUBUNGAN SEKS PRANIKAH

Dalam suatu penelitian di AS sekitar tahun 1936 – 1950, mereka yang setuju hubungan seks pranikah mengemukakan alasan sebagai berikut:

- a. Sebagai pelepasan dorongan seksual (padahal semakin dilepas, semakin tidak terkendali)
- b. Untuk mendapatkan kepuasan fisik dan psikis (padahal kepuasan sejati tidak didapat dengan hubungan seks, dan pada akhirnya sering kali malah menimbulkan trauma fisik dan psikis)
- c. Untuk memupuk perasaan emosional dengan pacar (padahal yang dipupuk hanya nafsu yang tidak terkendali dan bukan kasih sayang)
- d. Melatih fisik dan mental dalam menghadapi perkawinan (padahal perkawinan bukan hanya masalah seks dan perkawinan yang benar harus didasari masa pacaran yang benar sesuai dengan Firman Tuhan)
- e. Dll

Situasi dan jawaban tersebut mungkin tidak jauh berbeda dengan kota besar di Indonesia saat ini.

Bahaya dari hubungan seksual pranikah antara lain:

- a. Terkena penyakit menular seksual (PMS), seperti gonorrhoe, sifilis, ulcus molle, granuloma inguinale, herpes genitalis, HIV / AIDS
- b. Menimbulkan konflik batin dalam diri karena perasaan berdosa
- c. Merugikan kaum wanita, karena mereka yang sudah melakukan hubungan seks pranikah dianggap nilai kesuciannya rendah
- d. Menjadi hamil sebelum menikah
- e. Drop out dari sekolah (terutama wanita)
- f. Merusak konsep dan sikap pemuda tentang seks
- g. Meningkatkan ketidakpercayaan dan ketakutan, serta kecurigaan
- h. Merusak arti penting bulan madu
- i. Biasanya mendorong untuk melakukan berulang-ulang

Bagaimana upaya pencegahan seks pranikah?

- a. Tanamkan nilai-nilai keimanan, moral, susila, sejak dini agar kelak tumbuh kemampuan mengendalikan diri dalam menghadapi rangsangan seksual
- b. Hindari kontak dengan pornografi
- c. Bila pacaran jangan biarkan tenggelam dalam rangsangan seks yang menggoda, kenikmatan yang timbul akibat rangsangan seks mendorong mereka mengejar kenikmatan yang lebih dalam
- d. Bila pacaran, jangan biarkan erotik zone dirangsang
- e. Hindari terbukanya peluang untuk melakukan seks pranikah
- f. Ingatkan bahayanya, bila ada teman berada dalam situasi yang menjurus ke hubungan seksual pranikah
- g. Ciptakan kelompok yang mampu saling menahan dorongan seks
- h. Peran serta masyarakat untuk saling mengawasi adanya peluang terjadinya hubungan seks pranikah, kegiatan pornografi
- i. Wanita yang tidak ingin melakukan hubungan seks pranikah, sekalipun dengan pacar / tunangan, harus berani mengatakan TIDAK apabila menjurus ke tindakan hubungan seks pranikah

- j. Salurkan dorongan seks ke kegiatan olah raga, kesenian, organisasi, yang disebut sublimasi
- k. Penyuluhan yang melibatkan para pendidik, pakar, tokoh agama kepada remaja
- l. Penghargaan atas kesucian sebelum menikah
- m. DOA