

## KECEMASAN PADA WANITA YANG SUDAH TIDAK PERAWAN DALAM MENGHADAPI CALON SUAMI

### *ANXIETY IN WOMEN WHO ARE NOT VIRGIN IN THE FACE OF HER FUTURE HUSBAND*

Oleh: Ani Putri W., Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta  
aniputriwahyuni2107@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode fenomenologi yang bertujuan untuk mendeskripsikan kecemasan yang dialami oleh wanita yang sudah tidak perawan dalam menghadapi calon suami. Subjek dalam penelitian ini ialah RJ, VP, dan NF. *Setting* penelitian ini dilakukan di Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Uji keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode. Dari ketiga subjek tersebut diketahui latar belakang hilangnya keperawanan terjadi pada saat SMA. Faktor yang menyebabkan kecemasan ialah perasaan berdosa karena telah melakukan hubungan seksual sebelumnya, kekhawatiran apabila calon suami mengetahui tentang ketidak perawanannya serta akan mempermalukan keluarga. Dampak dari kecemasan yang dialami subjek yaitu kekhawatiran, serta salah satu subjek menjadi pendiam, sering melamun dan suka menyendiri. Subjek RJ mengalami gejala kognitif kecemasan yaitu kekhawatiran. Subjek VP mengalami gejala kognitif dan fisik dari kecemasan yaitu khawatir dan jantung berdetak lebih kencang dari biasanya. Subjek NF mengalami gejala kognitif dan perilaku dari kecemasan yaitu khawatir, takut, gelisah, serta melamun dan menyendiri. Subjek RJ dan NF akan berkata jujur kepada calon suami mengenai ketidak perawanannya sedangkan subjek VP akan berbohong.

Kata kunci: kecemasan, keperawanan

#### **Abstract**

*This research is a qualitative with phenomenological method which aims to determine the anxiety in women who are not virgin in the face of her future husband. Subjects in this research is RJ, VP, and NF. Setting this research conducted in Sleman, Yogyakarta. Methods of data collection using interviews and observation. Test the validity of the data using triangulation techniques and methods. Of the three subjects in mind the background loss of virginity occurs when the high school. Factors that cause anxiety is feeling guilty for having sexual intercourse earlier, worried of future husband if he know about her virginity and would embarrass the family. The impact of the anxiety by the subjects is fears, one of the subject became taciturn, often dreamy and like to be alone. Subject RJ experiencing cognitive symptoms of anxiety that is worried. Subject VP experiencing physical and cognitive symptoms of anxiety that is worried and heart beat faster than usual. Subject NF experiencing cognitive and behavioral symptoms of anxiety that is worried, fear, agitated, dreamy, and like to be alone. Subject RJ and NF will be honest with future husband about her virginity while subject VP would be lying.*

*Keywords: anxiety, virginity*

#### **PENDAHULUAN**

Manusia sebagai makhluk hidup mempunyai kebutuhan-kebutuhan, Salah satunya ialah kebutuhan yang bersifat fisiologis. Menurut Bimo Walgito (2004), salah satu kebutuhan yang bersifat fisiologis adalah kebutuhan seksual. Hubungan seksual di luar perkawinan yang sah, dipandang sebagai suatu aib dan perbuatan yang tidak dapat diterima oleh norma masyarakat

Indonesia. Namun ironisnya, seks pranikah di Indonesia kini telah menjadi suatu fenomena yang tidak asing lagi dijumpai di kalangan masyarakat Indonesia. Hubungan seks pranikah di Indonesia kini memprihatinkan. Hal ini dilihat dari data yang dihimpun oleh BKKBN tahun 2010 mencatat sebanyak 51 persen remaja di Jabotabek telah melakukan hubungan layaknya

suami istri. Selain Jabodetabek, data yang sama juga diperoleh di wilayah lain seperti Surabaya, dimana remaja perempuan lajang yang kegadisannya sudah hilang mencapai 54 persen, di Medan 52 persen, Bandung 47 persen, dan Yogyakarta 37 persen (Dede Suryana, 2010). Selain itu, di Yogyakarta pada tahun 2002, LSCK PUSBIH (Lembaga Studi Cinta dan Kemanusiaan serta Pusat Latihan Bisnis dan Humaniora) melakukan survei dari 1.660 orang responden yang tersebar di 16 perguruan tinggi di kota Yogyakarta, 97,05% dari responden tersebut mengaku kehilangan keperawanannya dalam rentang waktu waktu kuliahnya (Sartika U.O Sirait, 2013).

Bisa dibayangkan bahwa dengan adanya fenomena-fenomena tersebut, berarti wanita baik itu dari kalangan remaja maupun dewasa di Indonesia banyak yang sudah kehilangan keperawanannya sebelum menikah. Secara umum keperawanan berarti suci serta sangat erat dengan kehormatan dan harga diri perempuan. Setiap laki-laki terhormat mendambakan perempuan yang perawan untuk dijadikan istri demi menjaga harga diri dan kehormatannya. Jika keperawanannya sudah terenggut, maka menginjak usia dewasa yang merupakan usia matang dalam pernikahan, khususnya dalam menghadapi calon suaminya, tidak menutup kemungkinan bahwa wanita tersebut akan mengalami kecemasan karena sudah tidak perawan lagi, serta didalam dirinya akan timbul gejala apakah dirinya harus jujur tentang ketidak perawanannya kepada calon suaminya tersebut atau tidak.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut lagi mengenai kecemasan pada wanita yang sudah tidak perawan dalam menghadapi calon suami. Hal ini sangat penting untuk diteliti karena sebelumnya belum pernah ada penelitian yang meneliti tentang kecemasan pada wanita yang sudah tidak perawan dalam menghadapi calon suami khususnya di Kabupaten Sleman, Yogyakarta.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi untuk mendiskripsikan tentang realita kecemasan yang terjadi wanita yang sudah tidak perawan dalam menghadapi calon suami.

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, pada bulan Maret 2016 sampai dengan Mei 2016.

### Target/Subjek Penelitian

Penentuan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive*. Adapun ciri-cirinya sebagai berikut : (1) Wanita usia dewasa muda, yakni 20 – 40 tahun; (2) Pernah melakukan hubungan seksual dengan mantan pacarnya; (3) Saat ini telah memiliki calon suami atau pasangan; (4) Berdomisili di Yogyakarta; (5) Bersedia menjadi informan dalam penelitian ini.

Berdasarkan kriteria atau ciri-ciri yang telah disebutkan di atas, peneliti menemukan 3 orang yang bersedia untuk dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini, yakni subjek RJ, VP dan NF.

### Prosedur

Prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini antara lain mengacu pada 4 tahap menurut Moleong (2005) yaitu: (1) Tahap pra lapangan; (2) Tahap pekerjaan lapangan; (3) Tahap analisis data; (4) Tahap evaluasi dan pelaporan.

### Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam dan observasi. Yang menjadi instrumen dalam penelitian kualitatif ialah peneliti itu sendiri, namun dalam pelaksanaannya peneliti memerlukan alat bantu dalam melakukan penelitian, antara lain :

#### Pedoman Wawancara

No	Komponen	Indikator yang diungkap
1.	Latar Belakang	Penyebab subyek kehilangan keperawanannya
2.	Faktor yang mempengaruhi kecemasan	Faktor internal maupun eksternal
3.	Dampak	Meliputi suasana hati,

	Kecemasan	kognitif, dan psikomotor
4.	Kecemasan : a. Reaksi Fisik  b. Reaksi Kognitif  c. Reaksi Tingkah Laku	Penyakit yang sering diderita, serta gangguan-gangguan fisik yang dialami  Perasaan dan pikiran irrasional yang dialami  Gangguan perilaku irrasional yang dialami
5.	Cara mengatasi kecemasan	Hal-hal yang dilakukan dalam mengatasi kecemasan

#### Pedoman Observasi

No	Komponen	Item
1.	Reaksi fisik kecemasan	Terlihat mengalami gangguan fisik seperti gelisah, gugup, banyak berkeringat, gemetar, sulit berbicara, sensitif, pucat, lesu/lemas
2.	Reaksi kognitif kecemasan	Terlihat cemas, mudah tersinggung, mudah menangis, depresi, ketakutan, khawatir, sulit berkonsentrasi, atau perasaan-perasaan yang berubah-ubah
3.	Reaksi tingkah laku kecemasan	Terbuka/tertutup, suka menyendiri, menghindari, melamun, tidak tenang dalam mengerjakan sesuatu

#### Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan triangulasi dengan sumber dan metode sebagai teknik dalam uji keabsahan data. Metode analisis data yang digunakan mengacu pada model analisis Miles & Huberman, antara lain :

1. Reduksi data, yaitu merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya,

memilah data yang pokok atau diperlukan, membuat ringkasan agar fokus data dapat diperoleh, mengorganisir data serta mencatat catatan lapangan. Reduksi data ini dilakukan secara terus menerus selama penelitian berlangsung, sehingga data yang diperoleh dapat memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti dalam pengumpulan data.

2. Display data, yaitu menyajikan data dengan bentuk tabel. Hal ini dilakukan agar data yang telah diperoleh dapat mudah dipahami.
3. Penarikan kesimpulan/verifikasi, yaitu mencari hubungan antara data yang telah direduksi dengan data yang telah didisplaykan. Sehingga dapat diperoleh penarikan kesimpulan (verifikasi) yang dapat menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Yogyakarta pada bulan Maret 2016 - Mei 2016. Alasan dipilihnya kota Yogyakarta sebagai setting penelitian ini adalah dikarenakan di Yogyakarta terdapat subjek yang sesuai dengan ciri-ciri *purposive* yang telah ditentukan, serta bersedia untuk dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini, yaitu subjek RJ, subjek VP dan subjek NF.

Berdasarkan hasil dari wawancara dan observasi yang telah peneliti lakukan terhadap ketiga subyek tersebut di atas, maka di dapati hasil sebagai berikut :

Subyek RJ, VP, dan NF, pertama kali melakukan hubungan seksual yang mengakibatkan keperawanannya hilang ketika mereka duduk di bangku sekolah menengah atas.

Faktor yang menjadikan RJ cemas dalam menghadapi calon suaminya ialah calon suami RJ merupakan anak dari teman Ibu RJ, masing-masing dari orang tua mereka sudah saling menyetujui akan hubungan mereka berdua, selain itu, karena dirinya sudah pernah melakukan hubungan seksual sebelumnya dan mengakibatkan keperawanannya hilang.

RJ merasa khawatir jika nantinya tidak jadi dinikahi oleh calon suaminya tersebut. Karena hal itu terjadi hanya di awal hubungan RJ dengan calon suaminya, maka dapat ditarik

kesimpulan bahwa tidak ada dampak yang signifikan dari kecemasan yang RJ alami.

RJ merasa khawatir jikalau calon suaminya menganggap dirinya sebagai wanita yang tidak baik setelah mengetahui tentang ketidakperawanannya. Selain itu RJ juga merasa khawatir jika nantinya dirinya tidak jadi dinikahi, serta khawatir pula tidak bisa menjadi isteri yang baik bagi calon suaminya tersebut. Namun, hal tersebut hanya terjadi pada awal hubungan mereka.

RJ memiliki pemikiran bahwa wanita di zaman sekarang sudah banyak yang kehilangan keperawanan, bukan hanya dirinya saja, dirinya juga tidak memunafikkan bahwa lelaki pun juga banyak yang sudah tidak perawan, oleh karenanya jika nanti dirinya ditanya tentang keperawanannya oleh calon suaminya tersebut, RJ akan menjawab jujur bahwa dirinya memang sudah pernah melakukan hubungan seksual sebelumnya dan mengakibatkan keperawanannya hilang. Selain itu, RJ juga memiliki pemikiran bahwa Tuhan telah mengatur segala sesuatunya, termasuk hubungan rumah tangganya nanti.

Yang menyebabkan VP merasa cemas ialah jika ada seseorang yang memberitahukan kepada calon suaminya bahwa dirinya sudah tidak perawan. Selain itu, VP juga merasa berdosa karena telah melakukan hubungan seksual sebelumnya.

VP mengalami gejala psikologis yakni kekhawatiran, oleh karenanya VP berbohong pada calon suaminya tersebut kalau dirinya masih perawan.

VP merasa khawatir jika calon suaminya tahu bahwa dirinya sudah tidak perawan. Selain itu VP merasakan jantungnya berdebar lebih kencang. Hal-hal tersebut terjadi pada saat calon suaminya menanyakan tentang keperawanannya.

Jika nanti VP menikah dengan calon suaminya tersebut, untuk mengatasi kecemasannya, saat malam pertama dirinya tidak mengeluarkan darah maka VP akan menjelaskan bahwa hal itu dikarenakan kebiasaan VP yang suka memainkan alat kelaminnya dengan jari tangannya sendiri dan menyebabkan selaput daranya robek mengeluarkan darah. Namun di samping itu, VP juga ingin memperbaiki diri dengan cara lebih hati-hati dalam bertindak, lebih meningkatkan ibadah dan mendekati diri pada Allah.

Keluarga NF termasuk keluarga yang cukup terpandang di kampungnya. Selain itu, Ayah NF menderita penyakit stroke, hal tersebut

membuat NF merasa khawatir nama baik keluarganya tercoreng akibat perilaku NF di masa lalu yang menyebabkan dirinya kehilangan kegadisannya. Selain itu, jika seandainya calon suami NF tahu bahwa dirinya sudah tidak perawan, NF sangat khawatir jika dirinya tidak jadi dinikahi dan akan mempermalukan keluarganya. Selain itu, NF juga merasa berdosa karena telah melakukan hubungan seksual sebelumnya.

NF menjadi pendiam, sering melamun dan suka menyendiri di kamar. Selain itu juga merasa gelisah, khawatir tentang hubungannya dengan calon suaminya nanti jika calon suaminya tersebut menanyakan atau tahu tentang ketidakperawanannya.

NF mengalami ketakutan serta mengaku pusing ketika dirinya dijodohkan oleh kelurganya dengan pria bernama Z. NF juga mengalami kegelisahan, khawatir, dan cemas jika seandainya calon suaminya tersebut menanyakan tentang keperawanannya, hal tersebut terjadi ketika malam hari saat NF sedang sendiri di kamar, serta saat Ibunya menanyakan perkembangan hubungannya dengan Z. NF juga sering melamun dan menyendiri ketika memikirkan hubungan dengan calon suaminya nanti.

Untuk mengatasi segala kekhawatiran, ketakutan, dan ketidaktenangan, NF lebih mendekati diri dengan Allah dengan sering melakukan sholat tahajud dan juga sholat taubat. Disamping itu, NF juga akan pasrah dan menceritakan keadaannya kepada calon suaminya apa adanya.

## **Pembahasan**

### **1. Latar belakang hilangnya keperawanan**

Subjek dalam penelitian ini mengaku melakukan hubungan seksual pertama kalinya saat mereka berusia 17-18 tahun. Usia tersebut masuk dalam kategori usia remaja. Seperti yang dijelaskan oleh Hurlock (Rita Eka Izzaty, 2008) bahwa remaja akhir bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai dengan 18 tahun. Selain itu masa remaja pada usia 18 tahun merupakan masa yang secara hukum dipandang sudah matang serta merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, Partini (Rita Eka Izzaty, 2008:124). Salah satu tugas perkembangan masa remaja ialah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebayanya baik itu pria maupun wanita. Selain itu, masa remaja juga ditandai dengan bermacam - macam

perkembangan, salah satu diantaranya ialah percepatan pertumbuhan fisik maupun psikoseksual.

Subjek RJ mengaku bahwa dirinya mengenal seks dari teman-teman sekolahnya, hal tersebut membuat dirinya penasaran mengenai hubungan seksual, oleh karenanya ketika dirinya dihadapkan pada suatu situasi yang memungkinkan yakni saat berada di rumah sang pacar yang pada saat itu hanya ada RJ dan pacarnya, maka hal tersebut menjadi kesempatan RJ untuk melakukan hubungan seksual pertama kalinya sebagai bentuk dari rasa penasarannya dan pemenuhan hasrat kematangan seksualnya. Tidak jauh berbeda, subjek VP mengalami penasaran mengenai hubungan seksual berasal dari video porno yang dilihatnya, kemudian karena ada kesempatan, dirinya juga melakukan hubungan seksual untuk pertama kali di rumah pacarnya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fritz H.S. Damanik (2006) yang menunjukkan bahwa perilaku seksual remaja kini sudah melampaui batas.

Hubungan seksual yang dilakukan untuk pertama kalinya biasanya mengakibatkan robeknya selaput dara milik wanita yang ditandai dengan keluarnya darah dari dalam mulut vagina. Seperti penuturan dari subjek RJ dan NF, pada saat melakukan hubungan seksual pertama kali mereka mengeluarkan darah dari dalam mulut vaginanya.

Namun, hal tersebut berbeda dengan subjek VP. Kebanyakan masyarakat menganggap apabila wanita pada saat melakukan hubungan seksual tidak mengeluarkan darah dari dalam mulut vaginanya, maka hal itu berarti dirinya sudah tidak perawan. Sedangkan pada saat VP berhubungan seksual untuk pertama kali dengan pacarnya, dirinya mengaku bahwa dari dalam mulut vaginanya tidak mengeluarkan darah sama sekali, pada awalnya sang pacar juga menganggap VP sudah tidak perawan, akan tetapi setelah beberapa bulan kemudian ketika sang pacar memainkan alat kelamin VP dengan cara memasukkan jarinya ke dalam vagina VP, ternyata pada saat itu keluar darah dari dalam mulut vagina VP. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan oleh Abdul Rahim Sitorus dan Gugun El-Guyanie (2009 : 11-14) bahwa hubungan seksual bukan menjadi penyebab utama robeknya selaput dara wanita.

## **2. Faktor yang menyebabkan kecemasan**

Kecemasan yang terjadi pada individu dikarenakan adanya suatu hal yang menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan tersebut. Selain yang menjadi penyebab utama atau stressor adalah calon suami, terdapat pula faktor-faktor lain yang menyebabkan timbulnya kecemasan pada wanita yang sudah tidak perawan.

Faktor yang menjadikan RJ cemas dalam menghadapi calon suaminya ialah karena calon suami RJ merupakan anak dari teman Ibu RJ, masing-masing dari orang tua mereka sudah saling menyetujui akan hubungan mereka berdua. Sementara itu, yang menyebabkan subjek VP merasa cemas ialah jika ada seseorang yang memberitahukan kepada calon suaminya bahwa dirinya sudah tidak perawan. Rasa cemas tersebut timbul dari adanya bahaya yang mengancam individu yang bersangkutan seperti yang dijelaskan oleh Zakiyah Darajat (Kholil Lur Rochman, 2010:167) bahwa kecemasan seperti yang dialami oleh subjek RJ lebih dekan dengan rasa takut karena sumbernya terlihat jelas di dalam pikiran. Selain itu, VP juga merasa berdosa karena telah melakukan hubungan seksual sebelumnya, faktor ini disebut juga dengan kecemasan yang timbul akibat rasa berdosa atau bersalah, kecemasan ini sering pula ditandai dengan gejala-gejala gangguan mental yang kadang terlihat dalam bentuk yang umum, seperti gangguan psikis yang dialami VP yakni khawatir.

Disamping itu, faktor yang menyebabkan subjek NF merasa cemas ialah karena keluarga NF termasuk keluarga yang cukup terpandang di kampungnya, Ayah NF juga menderita penyakit stroke, hal tersebut membuat NF merasa khawatir jikalau nama baik keluarganya tercoreng akibat perilaku NF di masa lalu yang menyebabkan dirinya kehilangan keperawanannya. Selain itu faktor lainnya ialah karena pikiran yang tidak rasional, yakni karena kepercayaan atau keyakinan tentang ketidakperawanan yang mengakibatkan NF sangat khawatir jika dirinya tidak jadi dinikahi dan akan mempermalukan keluarganya. Sama halnya dengan subjek VP, NF juga merasa berdosa karena telah melakukan hubungan seksual sebelumnya.

## **3. Dampak Kecemasan**

Kecemasan yang dialami oleh individu dapat mempunyai dampak yang merugikan bagi dirinya apabila kecemasan yang dialami tumbuh secara berlebihan. Kecemasan dalam menghadapi

calon suami yang dialami oleh wanita yang sudah tidak perawan dapat menimbulkan dampak bagi dirinya. RJ sempat merasa khawatir jika nantinya tidak jadi dinikahi oleh calon suaminya tersebut. Hal yang dirasakan oleh subjek RJ tersebut merupakan salah satu dampak psikis dari kecemasan yang dialaminya. Namun, hal itu terjadi ketika awal hubungan RJ dengan calon suaminya sehingga dampak tersebut tidak merugikan dirinya.

Sedangkan pada subjek VP, dirinya juga mengalami dampak psikis yakni kekhawatiran. Jika nanti VP menikah dengan calon suaminya tersebut, saat malam pertama dirinya tidak mengeluarkan darah maka VP akan berbohong pada calon suaminya tersebut kalau dirinya masih perawan dengan menjelaskan bahwa hal itu dikarenakan kebiasaan VP yang suka memainkan alat kelaminnya dengan jari tangannya sendiri dan menyebabkan selaput daranya robek mengeluarkan darah. Hal ini merupakan dampak perilaku dari kecemasan yang dialami oleh subjek VP.

Pada subjek NF juga ditemukan dampak perilaku akibat dari kecemasan yang dialaminya, yakni NF menjadi pendiam, sering melamun dan suka menyendiri di kamarnya. Selain itu dampak psikis juga dialami dengan adanya perasaan gelisah, khawatir tentang hubungannya dengan calon suaminya nanti jika calon suaminya tersebut menanyakan atau tahu tentang ketidakperawanannya.

#### **4. Kecemasan**

Usia dewasa merupakan usia dimana individu memasuki tahap perkembangan untuk mencari dan menemukan calon pasangan hidup (Agoes Dariyo, 2004:105). Selanjutnya, untuk dapat merealisasikan tugas dari perkembangannya tersebut ialah dengan melakukan pernikahan. Sebelum melakukan pernikahan tentulah terdapat syarat-syarat yang harus dipenuhi, baik itu persyaratan umum maupun persyaratan khusus. Syaikh Fuad Shalih dalam bukunya yang berjudul *Untukmu Yang Akan Menikah & Telah Menikah* tahun 2015 terbitan Pustaka Al-Kautsar menjelaskan bahwa salah satu kriteria dari calon isteri ideal ialah perawan. Sedangkan keperawanan sendiri pada umumnya dikatkan dengan adanya hymen atau selaput dara yang berada dalam mulut vagina. Selaput dara tersebut biasanya akan robek dan mengeluarkan darah ketika wanita melakukan hubungan seksual untuk pertama kalinya.

Subjek RJ dan subjek NF mengaku bahwa saat melakukan hubungan seksual pertama kali dengan pacarnya, mereka mengeluarkan darah dari dalam mulut vaginanya. Sedangkan pada subjek VP, robeknya selaput dara yang mengakibatkan keluarnya darah dari dalam mulut vaginanya ialah ketika mantan pacarnya memainkan alat kelamin VP dengan cara memasukkan jarinya ke dalam vagina VP. Dengan begitu, wanita yang telah robek selaput daranya dan mengeluarkan darah dikarenakan telah melakukan hubungan seksual pranikah berarti dirinya sudah tidak perawan.

Subjek RJ, VP, dan NF mengalami kecemasan diantaranya hal tersebut dilihat dengan adanya ciri-ciri atau gejala seperti kekhawatiran. Kekhawatiran sendiri merupakan salah satu gejala kognitif dari kecemasan, yakni dalam hal ini kekhawatiran tentang ketidakperawanannya. Seperti yang dijelaskan oleh Fritz H.S. Damanik (2006) bahwa wanita yang sudah tidak perawan akan khawatir tentang masa depannya, takut jika tidak ada yang bersedia menikahinya atau akan diremehkan suaminya kelak, selain itu wanita yang sudah tidak perawan cenderung akan diceraikan dan berstatus janda.

Subjek RJ merasa khawatir jikalau calon suaminya menganggap dirinya sebagai wanita yang tidak baik setelah mengetahui tentang ketidakperawanannya. Selain itu RJ juga merasa khawatir jika nantinya dirinya tidak jadi dinikahi serta khawatir pula tidak bisa menjadi isteri yang baik bagi calon suaminya tersebut. Namun, hal tersebut hanya terjadi pada awal hubungan mereka.

Subjek VP juga merasa khawatir apabila calon suaminya mengetahui dari orang lain bahwa dirinya pernah berhubungan seksual sebelumnya dengan mantan pacarnya yang mengakibatkan keperawanannya hilang. Selain itu, VP juga mengalami gejala fisik kecemasan salah satunya ialah dirinya merasakan jantungnya berdebar lebih kencang dari pada biasanya, Namun hal tersebut dirasakan VP sekali pada saat calon suaminya menanyakan tentang keperawanannya.

Subjek NF mengalami ketakutan serta mengaku pusing ketika dirinya dijodohkan oleh kelurganya dengan pria bernama Z. NF juga mengalami kegelisahan dan khawatir jika seandainya calon suaminya tersebut menanyakan tentang keperawanannya, hal tersebut terjadi ketika malam hari saat NF sedang sendiri di kamar, serta saat Ibunya menanyakan

perkembangan hubungannya dengan Z. NF juga sering melamun dan menyendiri ketika memikirkan hubungan dengan calon suaminya nanti. Pusing merupakan salah satu gejala fisik dari kecemasan. Ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan merupakan gejala kognitif dari kecemasan. Sedangkan melamun dan menyendiri merupakan gejala perilaku dari kecemasan.

Menurut Farida Kusumawati dan Yudi Hartono (2010:58) kecemasan dibagi menjadi beberapa tingkatan yakni ringan, sedang, dan berat. Kecemasan yang dialami oleh subjek RJ dan VP termasuk dalam tingkat kecemasan ringan, sebab walaupun di awal hubungan mereka dengan calon suaminya mengalami gejala-gejala yang mengindikasikan kecemasan seperti kekhawatiran dan jantung berdetak lebih kencang dari pada biasanya, namun mereka masih memiliki persepsi yang luas, dapat tumbuh dan menjalankan aktivitas sehari-hari dalam kehidupannya dengan baik, serta mampu memecahkan masalah.

Sedangkan kecemasan yang dialami oleh subjek NF termasuk dalam tingkat kecemasan sedang, sebab dirinya hanya fokus pada masalah mengkhawatirkan ketidakperawannya, serta sering melamun dan menyendiri ketika memikirkan masa depan hubungan dengan calon suaminya, namun di samping itu NF masih dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik dalam kehidupannya.

## **5. Cara mengatasi kecemasan**

Rasa cemas yang dialami oleh individu tidak akan terjadi secara berlarut-larut apabila individu yang bersangkutan mengetahui bagaimana upaya untuk mengatasinya. RJ memiliki pemikiran bahwa wanita di zaman sekarang sudah banyak yang kehilangan keperawanan, bukan hanya dirinya saja, dirinya juga tidak memunafikkan bahwa lelaki pun juga banyak yang sudah tidak perjaka, oleh karenanya jika nanti dirinya ditanya tentang keperawannya oleh calon suaminya tersebut, RJ akan menjawab jujur bahwa dirinya memang sudah pernah melakukan hubungan seksual sebelumnya dan mengakibatkan keperawannya hilang. Selain itu, RJ juga memiliki pemikiran bahwa Tuhan telah mengatur segala sesuatunya, termasuk hubungan rumah tangganya nanti.

Hal tersebut merupakan wujud dari hal-hal yang berpengaruh dalam mengatasi kecemasan yang dikemukakan oleh Bandura (Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra,

2009:52) yaitu self efficacy atau kemampuan diri sebagai suatu perkiraan individu terhadap kemampuannya sendiri dalam mengatasi situasi, juga outcome expectancy yang merupakan suatu perkiraan individu terhadap kemungkinan terjadinya akibat-akibat tertentu yang mungkin berpengaruh dalam menekan kecemasan.

Menurut Farida Kusumawati dan Yudi Hartono (2010:59) terdapat dua cara yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan, yakni (1) Task Oriented Reaction: individu menilai secara objektif, dan (2) Ego Oriented Reaction: melindungi diri sendiri, tidak menggunakan secara realita. Pada mekanisme pertahanan ego, apabila digunakan terus menerus akibatnya ego bukannya mendapat perlindungan, akan tetapi lama kelamaan akan mendapat ancaman/ bencana, salah satu hal yang termasuk dalam mekanisme pertahanan ego ialah dengan rasionalisasi yang merupakan pemberian keterangan bahwa sikap/tingkah lakunya menurut alasan yang seolah-olah rasional sehingga tidak menjatuhkan harga dirinya. Pada subjek VP, dirinya melakukan rasionalisasi dan menjelaskan kepada calon suaminya bahwa ketidakperawannya tersebut terjadi bukan karena berhubungan seksual dengan mantan pacarnya, melainkan karena VP memainkan alat kelaminnya dengan cara memasukan jarinya ke dalam vaginanya sehingga mengakibatkan selaput dara yang dimiliki VP robek dan mengeluarkan darah.

Selain itu pula, subjek VP dan NF dalam mengatasi kecemasannya cenderung dengan cara memperbaiki diri dengan cara lebih hati-hati dalam bertindak, serta lebih meningkatkan ibadah dan mendekati diri pada Allah dengan sering melakukan sholat tahajud dan juga sholat taubat seperti yang dijelaskan oleh subjek NF. Disamping itu, NF juga akan pasrah dan menceritakan keadaannya kepada calon suaminya apa adanya. Hal tersebut merupakan bentuk pengendalian diri dalam mengatasi kecemasan yang dijelaskan oleh Ramaiah (Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, 2009:52) yakni dengan melakukan segala usaha untuk mengendalikan berbagai keinginan pribadi yang sudah tidak sesuai lagi dengan kondisinya, dalam hal ini kondisi kenyataan bahwa subjek sudah tidak perawan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut, latar belakang hilangnya keperawanan dari ketiga subjek terjadi pada saat SMA. Faktor yang menyebabkan kecemasan ialah perasaan berdosa karena telah berhubungan seksual sebelumnya, kekhawatiran apabila calon suami mengetahui tentang ketidak perawanannya serta akan mempermalukan keluarga. Dampak dari kecemasan yang dialami subjek yaitu kekhawatiran, serta salah satu subjek menjadi pendiam, sering melamun dan suka menyendiri. Subjek RJ mengalami gejala kognitif kecemasan yaitu kekhawatiran. Subjek VP mengalami gejala kognitif dan fisik dari kecemasan yaitu khawatir dan jantung berdetak lebih kencang dari biasanya. Subjek NF mengalami gejala kognitif dan perilaku dari kecemasan yaitu khawatir, takut, gelisah, serta melamun dan menyendiri. Dua subjek akan berkata jujur kepada calon suami mengenai ketidak perawanannya serta satu subjek akan berbohong.

## Saran

### 1) Bagi Penelitian Selanjutnya

Untuk pengembangan penelitian selanjutnya, hendaknya lebih meningkatkan instrumen penelitian yang digunakan agar aspek-aspek yang ingin diungkap dapat terdeskripsikan secara mendetail, sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat dijelaskan dan diterima dengan baik oleh pembaca.

### 2) Bagi Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling

Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya dapat mengimplikasikan pengetahuan dalam penelitian ini dengan memberikan informasi maupun materi dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik terutama pada bidang pribadi dan sosial.

Selain itu, agar materi dan informasi lebih dapat tersampaikan kepada peserta didik, Konselor atau Guru Bimbingan dan Konseling juga dapat memberikan layanan preventif maupun kuratif. Layanan preventif atau

pencegahan diberikan untuk mengantisipasi berbagai masalah yang mungkin terjadi serta berupaya untuk mencegahnya agar tidak dialami oleh peserta didik, sedangkan layanan kuratif atau penyembuhan diberikan untuk peserta didik yang telah mengalami masalah. Bentuk materi konkrit yang bisa diberikan kepada peserta didik misalnya sosialisasi organ reproduksi, dampak pergaulan bebas, bahaya free sex maupun pacaran, dan lain sebagainya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rahim Sitorus dan Gugun El-Guyan. (2009). *Mitos Keperawanan Perspektif Agama dan Budaya*. Yogyakarta : Madina Press.
- Agoes Dariyo. (2004). *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta : PT Grasindo.
- Bimo Walgito. (2004). *Bimbingan & Konseling Perkawinan*. Yogyakarta : ANDI.
- Dede Suryana. (2010). *Survei BKKBN Soal "Perawan" Bikin Panik Orang Tua*. Diakses dari <http://news.okezone.com/read/2010/11/29/338/398298/survei-bkkbn-soal-perawan-bikin-panik-orangtua>. Pada tanggal 11 November 2015. Jam 11.00 WIB.
- Farida Kusumawati dan Yudi Hartono. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : Salemba Medika.
- Fritz H.S. Damanik. (2006). Menguak Makna Keperawanan Bagi Siswi Sekolah Menengah Atas (SMA). *Jurnal Harmoni Sosial FISIP USU*. Vol. I, No. 1.
- Kholil Lur Rochman. (2010). *Kesehatan Mental*. Yogyakarta : Fajar Media Press.
- Lexy J. Moleong. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta didik*. Yogyakarta : UNY Press.
- Sartika U.O. Sirait, dkk. (2013). Hubungan Antara Mitos Keperawanan dengan

Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Diakses dari <http://fkm.unsrat.ac.id>. Pada tanggal 11 November 2015. Jam 21.00 WIB.

Syaikh Fuad Shalih. (2005). *Untukmu Yang Akan Menikah & Telah Menikah*. Jakarta : Pustaka Al-Kautsar.

Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra. (2009). *Manajemen Emosi*. Jakarta : PT Bumi Aksara.