



Contents lists available at [Journal IICET](#)
Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)
ISSN: 2502-8103 (Print) ISSN: 2477-8524 (Electronic)
Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Penerapan asas kesukarelaan dalam konseling kasus pacaran beresiko pada remaja

I Gst. Agung Diah Rusdayanti^{*)}, I Ketut Dharsana, Kadek Suranata

Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha

Article Info

Article history:

Received Des 18th, 2022

Revised Jan 13th, 2023

Accepted Feb 20th, 2023

Keyword:

The principle of volunteerism
Counseling
Courtship is at risk
Adolescent

ABSTRACT

Problems experienced by adolescents in courtship relationships are risks that tend to lead to negative impacts. Adolescent volunteerism must seek help to solve problems in courtship. The counseling process in adolescent education can accompany and direct adolescents toward problem-solving. The purpose of this literature review research is to know the implementation of the principle of volunteerism in counseling, the impact of risky courtship on adolescents, and the application of the principle of volunteerism in counseling cases of risky courtship in adolescents. The method used in this article is a literature review. The research data is sourced from data mining techniques with a literature review. The result of this literature review is that the implementation of the principle of volunteerism in counseling takes place based on volunteerism and without being forced both by the counselor and the counselee. The impact of at-risk courtship on adolescents consists of physical, psychological, and social impacts. Applying the principle of volunteerism in counseling cases of risky courtship in adolescents is carried out by the counseling process. The counseling process is divided into three stages, namely, the initial stage of counseling, the middle stage, and the final stage of counseling. In the early stages of counseling, the counselor builds a good relationship and communication with the counselee, accompanied by an assessment and delivery of the principle of volunteerism for data mining related to counseling problems. The middle stage of counseling is the core stage of counseling activities which is accompanied by the intervention of behavioral approach counseling with one of the behavioral approach techniques, namely assertive training techniques for handling cases of risky courtship. In the final stage of counseling, the counselee makes decisions for themselves based on consideration of alternative solution options provided by the counselor.



© 2023 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

I Gst. Agung Diah Rusdayanti,
Universitas Pendidikan Ganesha
Email: agung.diah@student.undiksha.ac.id

Pendahuluan

Fenomena pacaran yang terjadi pada kehidupan para remaja membutuhkan bekal pengetahuan bagi remaja untuk berperilaku yang tepat dalam kehidupan sosialnya. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak dengan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat dalam diri yang mencakup perkembangan perubahan kematangan fisik, kognitif, mental, emosional, dan sosial (Santrock, 2012). Beberapa perubahan yang terjadi pada masa remaja yaitu mengalami menstruasi, mimpi basah, rasa tertarik terhadap lawan jenis, adanya dorongan seksual, lebih sensitif, lebih tertutup pada orangtua, peningkatan kebutuhan

akan kebebasan, dan lebih banyak memperhatikan penampilan diri (Sirojammuniro, 2020). Kematangan seksual dalam perkembangan remaja cenderung mendorong remaja untuk menjalin hubungan kedekatan dengan teman lawan jenisnya. Salah satu tanda kematangan seksual remaja adalah kematangan alat reproduksi yang menjadi salah satu faktor timbulnya perasaan suka atau ketertarikan terhadap lawan jenis (Lidiawati dkk, 2020). Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan cenderung ingin mencoba segala aktivitas yang ingin diketahuinya. Rasa ingin tahu dan rasa tertarik dengan lawan jenis menjadi salah satu faktor yang menyebabkan remaja ingin mencoba terlibat merasakan hubungan pacaran karena ciri yang menonjol dalam perkembangan remaja adalah adanya perasaan ingin mencintai dan dicintai oleh seseorang.

Perasaan suka dan tertarik terhadap lawan jenis yang dialami remaja cenderung diekspresikan dalam hubungan pacaran. Perilaku pacaran remaja adalah reaksi yang dilakukan oleh pasangan remaja dalam rangka hubungan percintaan. Faktor yang memengaruhi perilaku pacaran pada remaja yaitu faktor dari dalam diri dan luar diri remaja. Faktor dari dalam diri remaja yang memengaruhi perilaku pacaran seperti rasa ingin tahu, kebutuhan akan dicintai, kesukaan melihat fisik yang menarik, adanya perasaan cinta, keinginan untuk mencoba, dan keinginan menambah relasi sosial. Salah satu kebutuhan dasar pada setiap remaja yaitu kebutuhan untuk dimiliki dan dicintai (*belonging and love*). Faktor dari luar diri remaja yang memengaruhi perilaku pacaran yaitu faktor dari teman, dan faktor dari keluarga. Faktor dari teman seperti dorongan dari teman, dan memperlihatkan pacar pada teman. Faktor keluarga seperti kurangnya kasih sayang, kurang perhatian, tertekan dengan sikap orangtua, serta keluarga yang membiarkan perilaku pacaran bebas. Beberapa faktor yang menyebabkan munculnya rasa suka dan cinta pada diri remaja yaitu kedekatan, fisik yang menarik, persamaan dan perbedaan, serta adanya imbalan dalam hubungan (Myers, 2012). Perilaku pacaran pada remaja terdiri dari dua perilaku yaitu perilaku pacaran sehat dan perilaku pacaran beresiko. Pacaran sehat dilakukan remaja untuk bisa saling memberikan semangat dan motivasi sehingga diantara pasangan mendapatkan manfaat dari pacaran yang sehat. Pacaran yang sehat memiliki tujuan sehat secara fisik, emosional, sosial, dan seksual. Perilaku pacaran sehat memiliki dampak positif yaitu memiliki motivasi belajar, memperluas pergaulan, dan timbulnya perasaan tenang, nyaman, aman, bahagia, dan terlindungi saat bersama pasangan (Aviva, 2016). Pacaran yang sehat adalah pacaran yang tidak mengganggu aktivitas belajar atau aktivitas-aktivitas yang lain, tidak bertentangan dengan norma-norma masyarakat, serta tidak menghambat perkembangan pribadi (Suratno, 2016). Perilaku pacaran beresiko yaitu perilaku pacaran yang sering bersama untuk melakukan aktivitas seksual seperti kissing, necking, petting, dan intercourse yang merupakan kegiatan beresiko yang bisa mengarah pada perilaku seksual pranikah. Perilaku ini muncul karena rasa ingin tahu remaja tentang seksualitas dan keinginan untuk mencoba semua hal baru tanpa adanya pengetahuan terkait bahaya dampak pacaran beresiko. Alasan remaja melakukan perilaku pacaran beresiko yang mengarah pada seksual adalah sekedar ingin dan memenuhi nafsu, dipaksa, dan rasa ingin tahu.

Berdasarkan data dari hasil riset Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan adanya peningkatan perilaku seksual pada remaja setiap tahun. Pada tahun 2013, sebanyak 32% remaja di kota besar seperti Jakarta, Surabaya, dan Bandung pada remaja rentang usia 14 sampai 18 tahun sudah pernah melakukan hubungan seksual. Pada tahun 2015, sebanyak 93,75% remaja pernah terlibat dalam melakukan hubungan seksual (Marlita dkk, 2019). Kasus perilaku seksual beresiko dalam pacaran yang terjadi pada remaja, salah satunya dapat disebabkan oleh kurangnya kemampuan asertif dalam mengkomunikasikan penolakan ajakan melakukan hubungan seksual yang beresiko. Perilaku seksual beresiko dalam pacaran dapat menyebabkan kasus kehamilan yang tidak diinginkan dapat memicu tindakan aborsi yang tidak aman bahkan kematian, penularan penyakit infeksi menular seksual dan virus HIV/AIDS (Ekasari dkk, 2019). Menurut Riset Kesehatan Dasar (2013) bahwa terdapat beberapa perilaku dalam pacaran seperti 92% remaja berpegangan tangan saat pacaran, 82% berciuman, 63% petting yang memicu remaja melakukan hubungan seksual. Berdasarkan survei oleh KPAI dan Kemenkes tahun 2013 bahwa di Indonesia sebanyak 62,7% remaja sudah pernah melakukan hubungan seksual dan 21% dari remaja hamil diluar nikah dan pernah melakukan aborsi (Ohee & Purnomo, 2018). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (2010) bahwa setiap tahun jumlah aborsi di Indonesia mencapai 2,4 juta jiwa dan sekitar 800 ribu diantaranya terjadi dikalangan remaja. Dampak akibat perilaku pacaran beresiko pada remaja adalah hubungan seksual pranikah, kehamilan tidak diinginkan, aborsi, dan terinfeksi penyakit menular seksual (Suriani dkk, 2016).

Tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja berhubungan dengan perilaku pacaran remaja karena perilaku seksual beresiko dalam pacaran cenderung disebabkan karena kurangnya informasi yang benar tentang pengetahuan kesehatan reproduksi. Remaja perlu mendapat pengarahan dan bimbingan terkait kesehatan reproduksi untuk pengendalian perilaku seksual beresiko dalam pacaran (Qomariah, 2020). Selain itu, remaja dapat menghindari beberapa hal yang merugikan dan membuat perasaan tidak nyaman dalam hubungan pacaran dengan remaja perlu memiliki sikap asertif. Asertif adalah kemampuan seseorang untuk bertindak tegas dalam mengungkapkan suatu perkataan, pikiran, dan perasaan yang dimiliki secara spontan,

jujur tanpa mengakibatkan perasaan tegang, cemas, maupun rasa bersalah. Sikap asertif diperlukan remaja untuk menghadapi situasi yang tidak menyenangkan bagi dirinya. Fenomena meningkatnya frekuensi remaja yang terlibat pacaran berisiko perlu diimbangi dengan pemberian layanan bimbingan dan konseling yang bersifat pencegahan maupun pengentasan agar masalah pacaran berisiko di kalangan remaja tidak bertambah banyak (Diana & Pratiwi, 2016).

Permasalahan yang dialami remaja dalam hubungan pacaran berisiko yang cenderung mengarah pada dampak negatif, diperlukan kesukarelaan remaja dalam mencari bantuan untuk menyelesaikan permasalahan dalam pacaran. Proses konseling dalam pendidikan remaja dapat mendampingi dan mengarahkan remaja menuju penyelesaian masalah dalam pacaran berisiko yang dialami. Pada proses konseling, terdapat adanya asas kesukarelaan yang mengarahkan remaja secara suka dan rela tanpa keraguan dan tidak merasa terpaksa dalam menyampaikan masalah yang dihadapinya, serta mengungkapkan segenap fakta, yang berkaitan dengan masalah yang dialami kepada konselor. Hal ini penting bagi konselor dapat memberikan bantuan kepada konseli remaja yang juga secara sukarela tanpa adanya keterpaksaan. Remaja sebagai konseli membutuhkan bimbingan dari konselor karena konseli masih kurang memiliki pemahaman tentang dirinya dan lingkungannya, serta pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya (Sukatini dkk, 2022). Proses konseling di sekolah memiliki peran penting untuk membantu peserta didik menghadapi permasalahannya karena konseling menjadi upaya bantuan yang dilakukan oleh konselor kepada peserta didik dengan tatap muka secara langsung untuk membahas berbagai masalah yang dialami peserta didik agar dapat memahami kondisi dirinya sendiri, kondisi lingkungan, permasalahan yang dialami seperti dampak perilaku pacaran berisiko, dan upaya untuk mengatasi permasalahan (Astuti dkk, 2020).

Salah satu pendekatan konseling yaitu pendekatan behavioristik dapat berupaya mengubah perilaku negatif konseli dan mendorong konseli terhadap perilaku rasional dan logis yang disepakati konseli. Pada konseling pendekatan behavioristik dapat disertai dengan teknik assertive training untuk diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal remaja yang mengalami kesulitan untuk berani menegaskan diri dalam tindakan yang benar. Membantu konseli menghadapi permasalahannya diperlukan kerjasama antara konselor dan konseli dengan asas kesukarelaan supaya terjadi perubahan perilaku yang lebih positif pada diri konseli. Proses perubahan perilaku pada konseli membutuhkan motivasi yang kuat dari konseli terkait perubahan dirinya yang lebih baik (Sejati & Isnaini, 2022). Proses konseling yang menerapkan asas kesukarelaan membantu konseli supaya adanya perubahan yang lebih positif dari pikiran, perasaan, dan perilaku dari konseli. Asas kesukarelaan yang diterapkan oleh konseli dan konselor selama proses konseling, cenderung mengarahkan remaja untuk berperilaku yang tepat supaya tidak terjerumus dalam perilaku pacaran berisiko dan merespon dengan tepat ketika terlibat dalam hubungan pacaran berisiko. Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan penelitian kajian kepustakaan ini yaitu mengetahui pelaksanaan asas kesukarelaan dalam konseling, mengetahui dampak pacaran berisiko pada remaja, dan mengetahui penerapan asas kesukarelaan dalam konseling kasus pacaran berisiko pada remaja.

Metode

Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah kajian kepustakaan yaitu suatu studi ilmiah yang objek penelitiannya bersumber dari kepustakaan berupa jurnal ilmiah, buku, maupun artikel dalam media internet. Teknik penggalan data dalam penelitian ini adalah dengan literature review. Kajian pustaka memiliki beberapa tujuan yaitu menginformasikan kepada pembaca hasil penelitian lain yang berkaitan dengan studi kajian pustaka ini yang menghubungkan studi ini dengan beberapa literatur yang relevan. Selain itu, tujuan kajian pustaka adalah untuk mengkaji penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang berhubungan dan relevan dengan topik artikel ini.

Studi kajian pustaka ini menggunakan google scholar sebagai sumber penggalan data berupa penelitian-penelitian sebelumnya yang berkaitan dan relevan untuk menunjang artikel ini, yaitu asas kesukarelaan dalam konseling, konseling pendekatan behavioral teknik assertive training dan pacaran berisiko pada remaja. Setelah dilakukan pengumpulan data dari sumber penelitian, digunakan sepuluh kajian ilmiah yang menjadi dasar acuan untuk menjawab rumusan masalah dalam kajian pustaka ini. Hasil studi kajian pustaka ini yang dapat dihasilkan adalah sebuah artikel tentang penerapan asas kesukarelaan dalam konseling kasus pacaran berisiko pada remaja.

Hasil Kajian Kepustakaan

Hasil kajian pustaka pada studi ini yang berdasarkan pencarian data pada Google Scholar, digunakan sepuluh kajian ilmiah yang dijadikan dasar acuan dalam hasil studi ini yaitu :

Tabel 1. Hasil kajian pustaka berdasarkan pencarian data pada Google Scholar

No	Identitas Artikel	Hasil Kajian
1.	Amaliyah, K., Filliani, R., & Hidayat, D. R. (2015). Pengaruh teknik assertive training untuk meningkatkan asertivitas terhadap perilaku seksual dalam berpacaran pada siswi kelas viii. <i>Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling</i> , 4 (1), 1-6.	Peningkatan asertivitas terhadap perilaku seksual dalam berpacaran pada siswi yang mendapatkan layanan dengan teknik <i>assertive training</i> lebih tinggi dibandingkan siswi yang tidak mendapatkan layanan dengan teknik <i>assertive training</i> .
2.	Haryati, E. F. (2020). Guru bimbingan dan konseling dalam mencegah perilaku berpacaran remaja smp. <i>Jurnal Quanta</i> , 4 (3), 93-106.	Upaya dalam menangani remaja berpacaran ada 3 yaitu preventif, kuratif, dan pembinaan. Upaya yang dilakukan guru bimbingan konseling untuk mencegah penyimpangan berpacaran adalah dengan upaya preventif, berupa layanan informasi.
3.	Hasbahuddin, Fithrayani, A., & Bakhtiar, M. I. (2019). Assertive training untuk mengurangi kecenderungan pergaulan bebas. <i>Indonesia Journal of Learning Education and Counseling</i> , 1 (2), 94-101.	Penerapan teknik assertive training yang dilaksanakan menunjukkan kecenderungan penurunan pergaulan bebas pada siswa dan ada perbedaan yang signifikan antara siswa yang diberikan assertive training dengan siswa yang diberikan layanan BK oleh konselor sekolah untuk mencegah kecenderungan pergaulan bebas.
4.	Kurniati, E. (2018). Bimbingan dan konseling di sekolah; prinsip dan asas. <i>Ristekdik, Jurnal Bimbingan dan Konseling</i> , 3 (2), 1-77.	Penyelenggaraan layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling didasarkan pada fungsi, prinsip-prinsip bimbingan dan sejumlah asas bimbingan. Pemenuhan atas prinsip-prinsip dan asas-asas itu akan memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan layanan.
5.	Marlynda, L. (2017). Upaya guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku menyimpang berpacaran siswa. <i>Jurnal Edukasi, Media Kajian Bimbingan Konseling</i> , 3 (1), 40-57.	Upaya guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku menyimpang berpacaran meliputi upaya preventif, upaya kuratif, serta upaya pembinaan.
6.	Nisak, K., Bakar, A., & Bustamam, N. (2020). Upaya konselor sekolah dalam mencegah dan mengatasi penyimpangan berpacaran pada siswa slta di kecamatan banda raya. <i>Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling</i> , 5 (1), 32-38.	Upaya untuk mencegah penyimpangan berpacaran yaitu layanan informasi, layanan bimbingan dan konseling, dan sosialisasi dari pihak puskesmas dan BKKBN mengenai kesehatan reproduksi. Upaya pengentasan meliputi perbaikan, pemeliharaan, pengembangan dan advokasi.
7.	Simanjuntak, J. Y. (2021). Pengaruh konseling individual teknik assertive training terhadap perilaku asertif dalam berpacaran siswa kelas xi sma negeri 1 tanah jawa t.a 2020/2021. <i>Jurnal Psikologi Konseling</i> , 18 (1), 852-860.	Ada pengaruh konseling individual teknik assertive training terhadap perilaku asertif dalam berpacaran siswa SMA Negeri 1 Tanah Jawa T.A 2020/2021.
8.	Tandrianti, A. Z., dan Darminto, E. (2018). Perilaku pacaran pada peserta didik sekolah menengah pertama di kabupaten tulungagung. <i>Jurnal BK Unesa</i> , 9 (1), 86-95.	Perilaku pacaran umumnya dilakukan dalam bentuk mengobrol, bercanda, jalan berdua dan bersentuhan. Faktor pendorong perilaku pacaran adalah media sosial, dukungan dari teman, dukungan orang tua, memperoleh rasa nyaman dan ingin memiliki pengalaman baru. Pacaran membuat tambah bersemangat dalam beraktifitas dan membuat tambah bersemangat belajar.
9.	Wardani, T., Lestari, S., dan Astuti, I. (2015). Studi kasus siswa pacaran tidak sehat pada kelas viii smp negeri 22 pontianak. <i>Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa</i> , 4 (7), 3-17.	Faktor internal penyebab pacaran tidak sehat karena kesepian, rasa cinta dari dalam diri, kuatnya rasa ingin merasakan pacaran, penasaran, serta kurang pemahaman terhadap norma moral. Faktor eksternal penyebab pacaran tidak sehat dikarenakan pengaruh teman, gaya-gayaan, menonton sinetron percintaan. Bantuan untuk permasalahan pacaran tidak sehat yaitu rasional emotif terapi dan konseling behavioral.

-
- | | |
|--|--|
| 10. Yuliani, V., dan Karneli, Y. (2020). Pemanfaatan layanan informasi guna mencegah terjadinya dampak negatif perilaku pacaran di kalangan remaja. <i>Schouldid : Indonesian Journal of School Counseling</i> , 5(2), 78-82. | Layanan informasi sangat berguna agar rasa ingin tau remaja terkait seks itu disalurkan dengan cara remaja mendapat pengetahuan yang lengkap terkait kesehatan reproduksi sehingga tidak penasaran dan mencoba-coba dengan pacaran beresiko. |
|--|--|
-

Sumber : (*Google scholar*)

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Asas Kesukarelaan dalam Konseling

Asas kesukarelaan adalah asas bimbingan konseling yang menghendaki agar konseli mengikuti atau menjalani layanan atau kegiatan yang diperlukan baginya. Konselor berkewajiban membina dan mengembangkan kesukarelaan dari konseli (Kurniati, 2018). Jika konseli memahami asas kerahasiaan dalam konseling, maka konseli yang mempunyai masalah cenderung tidak merasa canggung dan sukarela untuk menceritakan kepada konselor dan meminta bimbingan atas masalah yang dihadapinya (Kaltsum, 2015). Proses bimbingan dan konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan baik dari pihak konselor maupun dari pihak konseli. Konseli diharapkan secara sukarela, tanpa terpaksa dan tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapinya, serta mengungkapkan semua fakta, informasi dan segala sesuatu yang berkenaan dengan masalah yang dihadapinya kepada konselor. Konselor dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling secara ikhlas dan bukan dengan rasa terpaksa. Oleh karena itu, konseli dan konselor memiliki kesamaan dalam proses konseling yaitu secara sukarela terlibat dalam konseling tanpa adanya keterpaksaan dan konseli memiliki kesadaran diri untuk mengungkapkan permasalahan karena membutuhkan pertolongan konselor untuk mengarahkan dirinya menghadapi permasalahan yang dihadapi (Sumarto, 2017).

Pada asas kesukarelaan, konseli diharapkan tidak terpaksa dalam menyampaikan masalah yang di hadapinya, serta mengungkapkan segenap fakta, yang berkaitan dengan masalahnya kepada konselor. Hal ini penting bagi konselor dapat memberikan bantuan kepada konseli juga secara sukarela tanpa adanya keterpaksaan. Konseli membutuhkan bimbingan dari konselor karena konseli masih kurang memiliki pemahaman tentang dirinya dan lingkungannya, serta pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya (Sukatin dkk, 2022). Asas kesukarelaan menghendaki konseli dalam melakukan layanan konseling dengan kesukarelaan dalam menjalankan program yang diberikan. Konselor memberikan pemahaman dasar untuk konseli agar bisa mengungkapkan pemikiran dan perasaan terhadap permasalahan yang ada. Konselor akan mengembangkan kesukarelaan tersebut sehingga individu dapat mengeluarkan pemikirannya dalam persoalan yang sedang dihadapi. Konseli secara sukarela memberikan suatu gambaran terkait permasalahan, dan konseli juga memberikan tanggapan dari apa yang dikatakan oleh konselor. Asas kesukarelaan bersifat mandiri dan terbuka yang diharapkan konseli dapat menjelaskan secara detail tanpa menyembunyikan permasalahan sehingga dapat terwujud kemandirian dalam kemampuan berkomunikasi mengungkapkan permasalahan dan bertindak sesuai pemikiran yang tepat. Kesukarelaan ini cenderung membuat konseli mengetahui kemampuan berpikir analisisnya. Ketika konseli secara sukarela aktif terlibat dalam komunikasi proses konseling, maka konseli mengetahui kesesuaian layanan konseling dengan dirinya. Konseli cenderung merasakan rileks dalam proses layanan konseling apabila konseli memberanikan diri secara sukarela mengungkapkan pikiran, perasaan, dan perilaku yang berkaitan dengan permasalahannya (Raminah, 2021).

Dampak Pacaran Beresiko Pada Remaja

Remaja adalah seseorang yang memasuki masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang berlangsung pada usia 12 sampai 22 tahun yang diawali dengan kematangan organ-organ reproduksi dengan perubahan biologis, kognitif, sosial dan emosional. Kematangan organ-organ reproduksi remaja menimbulkan dorongan-dorongan yang membuat munculnya keinginan untuk memperoleh dukungan dari lawan jenis, dan mendorong remaja menjalin hubungan yang lebih akrab. Masa remaja mengalami perubahan dalam hubungan sosial yang ditandai dengan berkembangnya minat sosial terhadap lawan jenis. Salah satu tugas perkembangan masa remaja yaitu berhubungan dengan penyesuaian diri sosial remaja yaitu menyesuaikan diri dengan orang lain. Salah satu ciri perkembangan psikologis remaja ditandai dengan adanya rasa tertarik terhadap lawan jenis, seperti lebih suka bergaul dengan lawan jenis. Ciri menonjol dalam kehidupan remaja adalah adanya perasaan untuk mencintai dan dicintai oleh orang lain. Beberapa faktor yang menyebabkan munculnya rasa suka dan cinta terhadap lawan jenis yaitu kedekatan, fisik yang menarik, persamaan perbedaan, dan imbalan dalam hubungan (Sirojammuniro, 2020). Remaja mempunyai rasa ingin tahu terhadap segala sesuatu yang ingin diketahuinya termasuk aktivitas berpacaran dengan adanya rasa ketertarikan terhadap lawan jenis dan dorongan seksual dalam diri remaja.

Pacaran merupakan suatu hubungan dengan aktivitas yang dilakukan oleh pasangan karena adanya ketertarikan yang dilandasi atas dasar suka sama suka. Kematangan hormon pada remaja dapat memicu adanya dorongan-dorongan yang menimbulkan adanya ketertarikan terhadap lawan jenis dan keinginan untuk terlibat dalam hubungan pacaran. Terdapat empat faktor yang mendorong remaja untuk terlibat melakukan perilaku pacaran. Faktor pertama yaitu faktor perkembangan dalam diri remaja seperti adanya motivasi untuk memenuhi kebutuhan akan diterima dan dicintai seseorang serta rasa aman yang mendorong remaja agar diterima oleh orang lain di lingkungannya. Faktor kedua yaitu faktor perkembangan teknologi yang semakin pesat seperti mudahnya remaja mengakses informasi apapun yang ingin diketahui oleh remaja termasuk segala aktivitas yang berkaitan dengan pacaran. Faktor ketiga yaitu faktor dari orangtua seperti kesibukan orangtua yang tidak memiliki waktu untuk memperhatikan remaja sehingga remaja mencari perhatian terhadap lawan jenis untuk berpacaran. Faktor keempat yaitu faktor dari teman sebaya dalam pergaulan yang memberikan dukungan untuk melakukan perilaku pacaran agar diterima oleh kelompok sosial remaja yang menganggap pacaran sebagai sebuah kebanggaan diri. Remaja menganggap dengan berpacaran akan merasa dicintai, mendapat kasih sayang, penerimaan diri dari lawan jenis, dan mendapat rasa nyaman dari seseorang pacar. Pacaran memiliki manfaat yaitu remaja dapat berlatih memberikan komunikasi umpan balik dan berlatih menyelesaikan konflik dalam pacaran, serta meningkatkan keterampilan remaja dalam kemampuan sosial, tetapi pacaran juga dapat menimbulkan konflik apabila terjadi ketidaksesuaian dalam berpacaran (Yuliani & Karneli, 2020). Perilaku pacaran pada remaja dapat dibagi menjadi dua perilaku yaitu perilaku pacaran sehat dan perilaku pacaran beresiko.

Pacaran sehat adalah pacaran yang dilakukan berdasarkan prinsip dan norma dalam berpacaran dengan tujuan yang positif, adanya rasa terbuka, menerima apa adanya, saling menyesuaikan diri, tidak melakukan hubungan seksual, saling melengkapi, menghargai, dan tidak memanfaatkan satu sama lain. Pacaran sehat merupakan hubungan antara dua orang lawan jenis atas dasar rasa suka dan cinta dengan tujuan sehat secara fisik, emosional, dan sosial. Perilaku berpacaran sehat yaitu konsep yang positif dengan sehat fisik yang tidak merusak diri sendiri dan orang lain (Anam & Setiawati, 2016). Pacaran sehat dilakukan remaja untuk meningkatkan motivasi belajar, prestasi akademik, pengenalan terhadap orangtua dan keluarga masing-masing untuk menambah hubungan sosialnya. Pacaran sehat dapat dilakukan dengan berkomunikasi berbagi perasaan bahagia ketika mengalami pengalaman yang menyenangkan agar mampu meningkatkan pengalaman positif dan memiliki dukungan emosional.

Pacaran sehat memiliki elemen-elemen dasar yaitu transparan, legowo, adaptatif, no sex, mutual dependensi, dan mutual respect. Transparan yaitu dalam pacaran mau berbagi pikiran dan perasaan secara terbuka, jujur dengan perasaan diri sendiri terhadap perilaku pacar. Legowo yaitu menerima pacar apa adanya yang dilandasi oleh rasa sayang dan tidak menuntut sesuatu yang berada di luar kemampuannya. Adaptatif yaitu dalam pacaran saling menyesuaikan diri dengan berbagi kepentingan satu sama lain serta mau mengerti dan menerima karakter masing-masing. No sex yaitu tidak melibatkan aktivitas seksual beresiko dalam pacaran. Mutual dependensi yaitu saling melengkapi kekurangan satu sama lain, dan kelebihan yang dimiliki diharapkan mampu menutupi kekurangan pasangan. Mutual respect yaitu saling menghargai dan menghormati satu sama lain dalam pacaran (Mindiono, 2022). Manfaat pacaran sehat adalah prestasi belajar bisa meningkat, menambah pergaulan, mengisi waktu luang, perasaan aman, tenang, nyaman dan terlindungi, serta dapat belajar mengenali pasangan. Pacaran sehat dilakukan remaja untuk bisa saling memberikan semangat dan motivasi sehingga diantara pasangan mendapatkan manfaat dari pacaran yang sehat. Perilaku pacaran sehat memiliki manfaat yaitu memiliki motivasi belajar, memperluas pergaulan, dan adanya perasaan tenang, nyaman, aman, bahagia, dan terlindungi saat bersama pasangan.

Pacaran beresiko adalah perilaku pacaran yang mengandung perilaku seksual sebelum adanya ikatan pernikahan seperti melakukan aktivitas kissing, necking, petting, intercourse dengan kegiatan seksual beresiko. Beberapa perilaku seksual pada pacaran remaja diwujudkan dalam perilaku seperti mencium bibir, memegang payudara, dan memegang alat kelamin. Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menjadi faktor penyebab remaja melakukan pacaran beresiko. Faktor internal penyebab remaja melakukan pacaran beresiko yaitu adanya rasa kesepian, rasa cinta, rasa ingin tahu, serta kurangnya pengetahuan dan pemahaman moral dalam pacaran. Rasa kesepian yaitu suatu keadaan mental dan emosional dengan adanya perasaan terasing dan berkurangnya hubungan yang bermakna dengan orang lain. Rasa cinta dan kasih sayang dari dalam diri yaitu suatu perkembangan tumbuhnya perasaan cinta dalam diri seseorang, Rasa ingin tahu yaitu keingintahuan yang tinggi merasakan pacaran untuk memuaskan kebutuhan pribadi, Kurangnya pengetahuan dan pemahaman terhadap norma moral dalam berpacaran sehingga mudah melakukan hal yang diinginkannya tanpa memikirkan resiko dari perilaku beresiko. Faktor eksternal penyebab remaja melakukan pacaran beresiko yaitu adanya globalisasi kecanggihan teknologi informasi, melemahnya kontrol lingkungan, bergesernya nilai dan fungsi keluarga, kurang perhatian orangtua, berkurangnya komunikasi dalam keluarga,

kurangnya pemahaman terhadap nilai-nilai agama dan budaya, serta kurangnya pemahaman terkait pendidikan seksual bagi remaja (Wardani dkk, 2015).

Perilaku pacaran beresiko cenderung menyebabkan beberapa dampak bagi remaja yaitu dampak fisik, dampak psikologis, dan dampak sosial. Dampak fisik dari perilaku pacaran beresiko yang dilakukan remaja seperti berpacaran dengan melakukan aktivitas seksual beresiko cenderung memberikan dampak terhadap fisik remaja seperti kehamilan yang tidak diinginkan, memicu tindakan aborsi (menggugurkan kandungannya), menularnya virus HIV/AIDS, dan timbulnya penyakit menular seksual (Mansoben & Pangaribuan, 2020). Dampak psikologis yang dialami remaja akibat perilaku pacaran beresiko yaitu remaja cenderung memiliki perasaan bersalah, marah, cemas, menjadi tidak fokus dalam belajar, konsentrasi belajar menurun karena lebih banyak memikirkan aktivitas pacaran, prestasi belajar menurun, putus sekolah karena hamil yang tidak diinginkan, berkurangnya pergaulan sosial yang lebih luas apabila membatasi pergaulan hanya dengan pacar, serta cenderung terjadi konflik yang berakibat mengalami stress. Dampak sosial yang dialami remaja akibat perilaku pacaran beresiko yaitu dikucilkan masyarakat apabila diketahui melakukan pelanggaran norma seperti kehamilan yang tidak diinginkan di masa sekolah, terjadi hubungan yang tidak harmonis antar masyarakat di lingkungan sekitar yang membuat remaja menarik diri dari interaksi dengan lingkungan sosialnya (Tandrianti & Darminto, 2018).

Penerapan Asas Kesukarelaan dalam Konseling Kasus Pacaran Beresiko pada Remaja

Asas-asas dalam bimbingan dan konseling membantu perkembangan dalam diri konseli untuk keaktifan berkomunikasi selama proses konseling. Penerapan asas kesukarelaan dalam layanan konseling yang diberikan cenderung dapat membantu konseli dalam proses perkembangan kognitif menuju pemahaman dan kemandirian dalam perilaku yang tepat untuk mengambil keputusan. Tujuan umum konseling adalah untuk membantu remaja mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan kemampuan dasar yang dimilikinya, serta sesuai dengan tuntutan positif lingkungannya. Konselor melakukan langkah tindakan kuratif bagi remaja yang sudah melakukan perilaku menyimpang seperti perilaku pacaran beresiko (Haryati, 2020). Konseling menjadi upaya kuratif dalam menanggulangi masalah kenakalan remaja seperti perilaku pacaran beresiko dengan antisipasi terhadap gejala-gejala beresiko supaya tidak meluas dan merugikan diri remaja dan orang lain. Penanganan kuratif yang dapat dilakukan oleh konselor bertujuan agar gaya berpacaran remaja yang menyimpang dan beresiko bisa dikendalikan, dikontrol dan dibina dengan baik agar tidak sampai merugikan remaja (Marlynda, 2017). Salah satu pendekatan penanganan konseling dalam memberikan bantuan kepada remaja yang mengalami pacaran tidak sehat atau beresiko adalah dengan konseling pendekatan behavioral. Konseling pendekatan behavioral bertujuan agar remaja dapat menyadari pikiran dan persepsinya yang tampak dalam perkataan, serta melakukan pendekatan yang tegas melatih remaja untuk bisa berpikir dan berperilaku yang lebih realistis dan tepat. Pendekatan behavioral merupakan model konseling yang digunakan untuk mengubah perilaku menjadi lebih baik (Wardani dkk, 2015).

Konseling individual merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh konselor terhadap remaja dalam rangka pengentasan masalah pribadi. Konseling individual diberikan kepada remaja dengan tujuan berkembangnya potensi remaja, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif. Proses konseling dibagi atas tiga tahapan yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan, tahap akhir konseling. Pada tahap awal konseling, konselor membangun hubungan dan komunikasi yang baik dengan konseli disertai dengan asesmen dan penyampaian adanya asas kesukarelaan untuk penggalan data yang berkaitan dengan masalah konseli terkait perilaku pacaran beresiko yang dilakukan konseli. Pada tahap pertengahan konseling merupakan tahap inti kegiatan konseling yang disertai dengan adanya intervensi dari konseling pendekatan behavioral dengan salah satu teknik pendekatan behavioral yaitu teknik assertive training untuk penanganan kasus pacaran beresiko. Assertive (ketegasan) adalah kemampuan seseorang untuk mengungkapkan suatu perkataan, pikiran, dan perasaan yang dimiliki secara spontan, jujur tanpa mengakibatkan perasaan tegang, cemas, maupun rasa bersalah. Teknik assertive training bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal remaja yang mengalami kesulitan untuk berani menegaskan diri dalam tindakan yang benar. Teknik assertive training efektif diterapkan untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri, dan ketegasan diri. Teknik assertive training berguna bagi remaja yang mempunyai masalah tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau rasa tersinggung, dan selalu meminta orang lain untuk mendahului berkomunikasi atau bertindak, memiliki kesulitan untuk mengatakan kata tidak dalam mengungkapkan penolakan, memiliki kesulitan untuk mengungkapkan perasaan dan respon-respon positif lainnya. Beberapa tujuan teknik assertive training yaitu meningkatkan keterampilan komunikasi dan perilaku sehingga remaja bisa menentukan pilihan dalam situasi tertentu untuk berperilaku yang tepat, meningkatkan kemampuan remaja untuk mengungkapkan perkataan dan mengekspresikan dirinya dengan nyaman dalam berbagai situasi sosial, serta menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi. Teknik assertive training mengajarkan remaja agar dapat mengembangkan diri untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran seperti melatih diri untuk

mengungkapkan perkataan, pikiran, perasaan, bersikap tegas, mampu memberikan respon-respon penolakan terhadap situasi yang dianggap tidak sesuai, dan berperilaku dengan respon-respon positif tanpa adanya rasa cemas (Simanjuntak, 2021).

Teknik *assertive training* dalam konseling *behavioral* penanganan kasus pacaran beresiko dapat membantu menurunkan perilaku negatif berpacaran pada remaja. Semakin berkembang *asertif* seorang remaja, maka kecenderungan pergaulan bebas seperti pacaran beresiko juga akan semakin menurun. Hal tersebut sejalan dengan konsep *assertive training* yaitu latihan ketegasan yang dilakukan untuk membantu remaja dalam mengembangkan cara berkomunikasi pada situasi sosial. Remaja yang *asertif* adalah remaja yang cenderung mampu memahami dirinya sendiri dengan baik, sehingga mampu menentukan pilihan, keinginan dan tujuan hidupnya (Hasbahuddin dkk, 2019). Pada tahap inti konseling juga diberikan pemberian informasi berupa pengetahuan tentang dampak pacaran beresiko. Pengetahuan tentang dampak pacaran beresiko menjadi dasar dalam pembentukan sikap remaja dalam pacaran. Pengetahuan dalam konseling dapat memengaruhi komponen kognitif remaja yang berkaitan dengan keyakinan dan cara memandang sesuatu, komponen afektif yang memiliki keterlibatan emosional pada sikap yang ditunjukkan individu, serta komponen psikomotor yang mengarah pada respon atau kecenderungan perilaku remaja. Remaja perlu mendapatkan pengetahuan untuk mempelajari keterampilan sosial dan emosional yang diimplementasikan dalam aktivitas pacaran yang sehat, seperti berkomunikasi secara efektif, menjadi penyemangat, memberikan kasih sayang yang sesuai dengan etika, mengelola konflik, mendukung, menghargai, serta percaya diri dalam menghadapi berbagai tekanan. Pembahasan mengenai konsekuensi yang diterima remaja dalam perilaku pacaran beresiko dapat memberikan pemahaman untuk melakukan penolakan ajakan yang mengarah pada pacaran beresiko (Amaliyah dkk, 2015). Pada tahap akhir konseling yaitu konseli membuat keputusan bagi dirinya sendiri berdasarkan pertimbangan alternatif pilihan solusi yang diberikan oleh konselor.

Upaya pengentasan masalah dilakukan agar dapat mencari jalan keluar permasalahan perilaku pacaran beresiko yang dilakukan remaja. Pengentasan adalah penyelesaian, pemecahan dan jalan keluar dari suatu masalah dengan maksud merubah suatu perilaku yang tidak baik menjadi perilaku baik. Upaya pengentasan meliputi perbaikan, pemeliharaan, dan pengembangan (Nisak dkk, 2020). Pengentasan dilakukan agar konseli dapat melakukan perbaikan dari perilaku pacaran beresiko dengan mengubahnya menjadi perilaku *asertif* dalam pacaran sehat, serta dapat memelihara perilaku *asertif* dan mengembangkan kemampuan mengontrol diri dalam pacaran. Remaja diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuan dalam menampilkan perilaku *asertif* dalam menolak melakukan perilaku pacaran beresiko tanpa merasa cemas dan takut akan penilaian orang lain. Kemampuan *asertif* dilatih oleh remaja untuk memiliki sikap positif pada diri remaja, memiliki kepercayaan diri, menerima diri sendiri, mengembangkan kesadaran diri, dan memiliki keberanian untuk bertindak.

Simpulan

Pelaksanaan asas kesukarelaan dalam konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan baik dari pihak konselor maupun dari pihak konseli. Konseli diharapkan secara sukarela, tanpa terpaksa dan tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapinya, serta mengungkapkan semua fakta, informasi dan segala sesuatu yang berkenaan dengan masalah yang dihadapinya kepada konselor. Konselor dalam memberikan pelayanan konseling dilakukan secara ikhlas dan bukan dengan rasa terpaksa.

Dampak pacaran beresiko pada remaja terdiri dari dampak fisik, dampak psikologis, dan dampak sosial. Dampak fisik dari perilaku pacaran beresiko adalah terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, memicu tindakan aborsi (menggugurkan kandungannya), menularnya virus HIV/AIDS, dan timbulnya penyakit menular seksual. Dampak psikologis dari perilaku pacaran beresiko adalah remaja cenderung memiliki perasaan bersalah, marah, cemas, menjadi tidak fokus dalam belajar, konsentrasi belajar menurun karena lebih banyak memikirkan aktivitas pacaran, prestasi belajar menurun, putus sekolah karena hamil yang tidak diinginkan, berkurangnya pergaulan sosial yang lebih luas, serta cenderung terjadi konflik yang berakibat mengalami stress. Dampak sosial dari perilaku pacaran beresiko adalah terjadi hubungan yang tidak harmonis dalam masyarakat apabila diketahui melakukan pelanggaran norma seperti kehamilan yang tidak diinginkan di masa sekolah, dan membuat remaja menarik diri dari interaksi dengan lingkungan sosialnya.

Penerapan asas kesukarelaan dalam konseling kasus pacaran beresiko pada remaja dilakukan sesuai dengan proses konseling. Proses konseling dibagi atas tiga tahapan yaitu tahap awal konseling, tahap pertengahan, tahap akhir konseling. Pada tahap awal konseling, konselor membangun hubungan dan komunikasi yang baik dengan konseli disertai dengan asesmen dan penyampaian adanya asas kesukarelaan untuk penggalan data yang berkaitan dengan masalah konseli. Pada tahap pertengahan konseling merupakan tahap inti kegiatan konseling yang disertai dengan adanya intervensi dari konseling pendekatan *behavioral*

dengan salah satu teknik pendekatan behavioral yaitu teknik assertive training untuk penanganan kasus pacaran berisiko. Pada tahap akhir konseling yaitu konseli membuat keputusan bagi dirinya sendiri berdasarkan pertimbangan alternatif pilihan solusi yang diberikan oleh konselor.

Referensi

- Amaliyah, K., Filliani, R., & Hidayat, D. R. (2015). Pengaruh teknik assertive training untuk meningkatkan asertivitas terhadap perilaku seksual dalam berpacaran pada siswi kelas viii. *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4 (1), 1-6.
- Anam, A. A., dan Setiawati, D. (2016). Penerapan bimbingan kelompok teknik sosiodrama untuk mengurangi perilaku pacaran tidak sehat pada siswa di sma negeri 1 sumberejo. *Jurnal BK*, 6 (1), 1-8.
- Astuti, A. S., Romli, M. E., & Sari, S. P. (2020). Studi kasus pada siswa x yang memiliki perilaku pacaran menyimpang di smp negeri i madang suku ii. *JUANG: Jurnal Wahana Konseling*, 3 (1), 61-68.
- Aviva, V. (2016). Latar belakang perilaku pacaran pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 2: 120-135.
- Diana, N., & Pratiwi, T. I. (2016). Pengembangan buku panduan asertif pencegahan perilaku pacaran berisiko bagi remaja sekolah menengah pertama. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, 6 (2), 1-8.
- Ekasari, M. F., Rosidawati, & Jubaedi, A. (2019). Pengalaman pacaran pada remaja awal. *Wahana Inovasi*, 8 (1), 1-7.
- Haryati, E. F. (2020). Guru bimbingan dan konseling dalam mencegah perilaku berpacaran remaja smp. *Jurnal Quanta*, 4 (3), 93-106.
- Hasbahuddin, Fithrayani, A., & Bakhtiar, M. I. (2019). Assertive training untuk mengurangi kecenderungan pergaulan bebas. *Indonesia Journal of Learning Education and Counseling*, 1 (2), 94-101.
- Kaltsum, U. (2015). Pengaruh implementasi bimbingan dan konseling terhadap perilaku delinkuen pada peserta didik. *Jurnal Auladuna*, 2 (1), 1-25.
- Kurniati, E. (2018). Bimbingan dan konseling di sekolah; prinsip dan asas. *Ristekdik, Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 3 (2), 1-77.
- Lidiawati, K. R., Simanjuntak, E. J., & Dewi, W. P. (2020). Psikoedukasi pendidikan seksualitas: "love, sex and dating" pada remaja. *Prosiding PKM-CSR*, Vol. 3.
- Mansoben, N., dan Pangaribuan, S. (2020). Pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi remaja dan gaya pacaran sehat terhadap pengetahuan dan sikap remaja. *Jurnal Global Health Science*, 5 (4), 191-195.
- Marlita, L., Wulandini, P., Yusmaharni, & Zega, E.S. (2019). Hubungan pola asuh orang tua dengan perilaku seksual remaja di smk teknologi migas pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 2 (2), 23-28.
- Marlynda, L. (2017). Upaya guru bimbingan konseling dalam mengatasi perilaku menyimpang berpacaran siswa. *Jurnal Edukasi, Media Kajian Bimbingan Konseling*, 3 (1), 40-57.
- Mindiono, I. A. (2022). Hubungan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dengan sikap remaja dalam pacaran sehat di madrasah aliyah negeri (man) 1 kota semarang. *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 4 (11), 2982-2992.
- Myers, D. (2012). *Psikologi Sosial*. Penerbit Salemba Humanika, Jakarta.
- Nisak, K., Bakar, A., & Bustamam, N. (2020). Upaya konselor sekolah dalam mencegah dan mengatasi penyimpangan berpacaran pada siswa slta di kecamatan banda raya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 5 (1), 32-38.
- Ohee, C., & Purnomo, W. (2018). Pengaruh status hubungan berpacaran terhadap perilaku pacaran berisiko pada mahasiswa perantau asal papua di kota surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*, 13 (2), 268-280.
- Qomariah, S. (2020). Pacar berhubungan dengan perilaku seks pranikah pada remaja. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2 (1), 44-53.
- Raminah, S. 2021. Prinsip dan Asas Bimbingan Konseling. *Jurnal Osfpreprints*, 1-8.
- Santrock, J. W. (2012). *Remaja*, Edisi Sebelas, Jilid dua. Jakarta: Erlangga.
- Sejati, S., & Isnaini, D. (2022). Toxic relationship: rational emotive behavior therapy. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 9 (2), 167-172.
- Simanjuntak, J. Y. (2021). Pengaruh konseling individual teknik assertive training terhadap perilaku asertif dalam berpacaran siswa kelas xi sma negeri 1 tanah jawa t.a 2020/2021. *Jurnal Psikologi Konseling*, 18 (1), 852-860.
- Sirojammuniro, A. (2020). Analisis pola perilaku pacaran pada remaja. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 1 (2), 121-137.
- Sukatin, Nurkhalipah, Kurnia, A., Ramadani, D., & Fatimah. (2022). Bimbingan dan konseling belajar. *Humantech : Jurnal Ilmiah Multidisplin Indonesia*, 1 (9), 1278-1285.
- Sumarto. (2017). *Bimbingan dan Konseling*. Penerbit: Pustaka Ma'arif Press, Jambi.

-
- Suratno, Y. R. (2016). Deskripsi Perilaku Pacaran Sehat di Kalangan Siswa-Siswi Kelas XI SMA Negeri Baturetno Tahun Ajaran 2014/2015 dan Implikasinya. Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Suriani, L., Effendi, I., & Yuningsih, S. A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku gaya pacaran tidak sehat pada remaja usia 12-15 tahun di kecamatan tampan pekanbaru. *Jurnal Ilmu Kebidanan, STIKES Al-Insyirah Pekanbaru*, 5 (1), 46-58.
- Tandrianti, A. Z., dan Darminto, E. (2018). Perilaku pacaran pada peserta didik sekolah menengah pertama di kabupaten tulungagung. *Jurnal BK Unesa*, 9 (1), 86-95.
- Wardani, T., Lestari, S., dan Astuti, I. (2015). Studi kasus siswa pacaran tidak sehat pada kelas viii smp negeri 22 pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 4 (7), 3-17.
- Yuliani, V., dan Karneli, Y. (2020). Pemanfaatan layanan informasi guna mencegah terjadinya dampak negatif perilaku pacaran di kalangan remaja. *Schoulid : Indonesian Journal of School Counseling*, 5(2), 78-82.