
Dinamika Lingkungan dengan Pergaulan Bebas pada Remaja: Studi Literatur

Nur Afiz Zuhroh¹, Bagus Valiant Amanta², Supriadin³

Prodi Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

(Jl. Laksda Adisucipto Yogyakarta)

*Corresponding author: 122107010123@student.uin-suka.ac.id

Abstrak

Kenakalan remaja menjadi salah satu hal yang seringkali menjadi permasalahan di masyarakat. Kenakalan remaja dianggap sebagai bentuk kegagalan individu dalam memenuhi tugas perkembangan yaitu bertanggung jawab sebagai warga negara, bertanggungjawab di lingkungan sosial, serta berkembang dalam pemaknaan nilai-nilai yang ada di masyarakat. Salah satu kenakalan remaja yang saat ini marak terjadi adalah pergaulan bebas. Masalah pergaulan bebas ini menjadi topik yang saat ini menjadi isu yang menjadi perhatian baik di lingkungan masyarakat maupun dari media massa. Pergaulan bebas terjadi karena berbagai faktor antara lain seperti pergeseran budaya, kurangnya perhatian orang tua, pendidikan, teman sebaya, media sosial, dan rendahnya kontrol diri. Adapun lingkungan di sekitar individu yang juga memiliki pengaruh terhadap timbulnya perilaku pergaulan bebas. Kurangnya penanaman nilai-nilai positif dari lingkungan disekitar individu, adanya konflik dalam lingkungan keluarganya, serta pengaruh dari lingkungan sosial medianya. Oleh karena itu, penting adanya edukasi tentang pergaulan bebas untuk memperkaya masyarakat secara pengetahuan dan moral agar masyarakat dapat memberikan kontribusi yang relevan melalui struktur keluarga dan sosial dalam menangani pergaulan bebas. Penelitian dalam artikel ini menggunakan metode studi literatur dengan melakukan pengumpulan dan menelaah data pustaka yang kemudian dikaji dalam penelitian. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai kenakalan remaja terutama dalam pergaulan bebas.

Kata Kunci: Kenakalan remaja, pergaulan bebas, lingkungan sosial, studi literatur

Pendahuluan

Setiap individu akan mengalami perkembangan pada masa remaja. Remaja adalah fase perkembangan dimana terjadi peralihan dari anak menuju ke dewasa. Masa remaja merupakan suatu periode penting dari proses perkembangan, masa remaja adalah suatu periode transisional atau masa perubahan dimana ini adalah masa individu untuk mencari identitas diri serta ambang menuju kedewasaan (Rais, 2022). Perubahan sosial yang penting pada masa remaja antara lain adalah meningkatnya pengaruh teman sebaya, pola perilaku sosial yang lebih matang, pembuatan kelompok sosial yang baru, dan munculnya nilai-nilai baru dalam memilih teman dan pemimpin serta nilai dalam penerimaan sosial (Handayani & Surya, 2024). Menurut Kusumawati et al (2018), masa remaja berlangsung antara 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Remaja, sebagai kelompok usia yang rentan, terus menghadapi berbagai risiko yang dapat mengarah pada perilaku yang merugikan bagi mereka sendiri dan masyarakat luas seperti kenakalan remaja.

Menurut Anggraini (2017), kenakalan remaja merupakan perilaku kejahatan (dursila) atau kenakalan anak-anak muda yang merupakan sebuah gejala patologis secara sosial pada anak-anak muda sebagai akibat dari suatu bentuk pengabaian sosial,

sehingga remaja melakukan tingkah laku yang tidak sesuai aturan atau menyimpang. Rulmuzu (2021) , mengatakan bahwa kenakalan remaja adalah perbuatan-perbuatan anak remaja yang bertentangan dengan hukum yang tertulis, perbuatan anti sosial remaja yang menimbulkan keresahan masyarakat, dan perbuatan anti susila. Kenakalan remaja menjadi salah satu hal yang seringkali menjadi permasalahan di masyarakat. Kenakalan remaja dianggap sebagai bentuk kegagalan individu dalam memenuhi tugas perkembangan (Asri, 2018). Salah satu tugas perkembangan seorang remaja adalah bertanggung jawab sebagai warga negara, bertanggungjawab di lingkungan sosial, serta berkembang dalam pemaknaan nilai-nilai yang ada di masyarakat (Jannah, 2017).

Sebagai bagian dari kenakalan remaja, pergaulan bebas juga mulai banyak terjadi pada individu usia remaja. Masalah pergaulan bebas ini menjadi topik yang saat ini menjadi isu yang menjadi perhatian baik di lingkungan masyarakat maupun dari media masa (Rofii et al., 2021). Pergaulan bebas adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku sosial di mana individu-individu, terutama remaja atau anak muda, terlibat dalam aktivitas atau hubungan yang melibatkan kebebasan seksual, alkohol, narkoba, atau perilaku yang dianggap bertentangan dengan norma-norma sosial atau moral yang berlaku (Anwar et al., 2019). Menurut Rahman et al. (2020), menjelaskan bahwa: “pergaulan bebas merupakan gejala patologis social pada remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial, akibatnya menyebabkan perilaku yang menyimpang”.

Fenomena ini juga mendorong munculnya perilaku yang melibatkan kebebasan seksual, alkohol, narkoba. Menurut data survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, bahwa 2% remaja wanita dan 8% remaja pria berusia 15 – 24 tahun, telah melakukan hubungan seks sebelum menikah, bahkan 11% di antaranya mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Berdasarkan data UNICEF, di tahun 2017, 14.000 anak berusia 15 tahun merupakan pengidap HIV, dan kasus baru HIV pada kelompok 15–19 tahun mengalami kenaikan dari periode 2011–2015. Menurut laporan bank dunia, 47,3 persen dari setiap 1.000 remaja pernah melahirkan, dan angka ini sedikit lebih tinggi dari rata-rata dunia yaitu sebesar 44 persen (Kusmiati et al., 2022).

Secara normatif didalam masyarakat terdapat nilai-nilai norma dan aturan yang menjadi pedoman dalam berperilaku. Nilai-nilai ini mencerminkan harapan ideal tentang bagaimana individu harus bertindak untuk menciptakan keharmonisan sosial. Dalam pergaulan, norma agama, adat istiadat, dan hukum positif menentukan batas-batas interaksi yang menjaga martabat, moralitas, dan stabilitas sosial. Pergaulan bebas dianggap sebagai pelanggaran norma-norma tersebut di sebagian besar budaya karena menimbulkan sejumlah masalah lain, seperti hamil di luar nikah, penyakit menular seksual, dan distorsi standar moral yang diterima. Masyarakat harus bekerja sama untuk mencapai sebuah tujuan, yaitu terciptanya pola interaksi yang sehat yang memenuhi semua nilai luhur. Oleh karena itu, penting adanya edukasi tentang pergaulan bebas untuk memperkaya masyarakat secara pengetahuan dan moral agar masyarakat dapat memberikan kontribusi yang relevan melalui struktur keluarga dan sosial dalam menangani pergaulan bebas.

Metode

Penelitian dalam artikel ini menggunakan metode studi literatur (literature review) yang merupakan pendekatan kualitatif untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber pustaka. Metode ini dilakukan melalui proses pengumpulan data dari jurnal, penelitian terdahulu, dan literatur ilmiah lainnya yang relevan dengan topik dinamika lingkungan dan pergaulan bebas pada remaja. Data pustaka yang telah dikumpulkan kemudian ditelaah secara kritis dan dikaji mendalam untuk mengidentifikasi tema-tema utama, faktor-faktor penyebab, dampak, serta strategi pencegahan pergaulan bebas. Pendekatan studi literatur ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mensintesis berbagai perspektif dan temuan penelitian sebelumnya guna memberikan pemahaman komprehensif tentang fenomena kenakalan remaja, khususnya dalam konteks pergaulan bebas dan dinamikanya dalam lingkungan sosial, keluarga, sekolah, masyarakat, dan media digital (Yolanda et al., 2024).

Hasil and Pembahasan

Masa remaja adalah periode transisi yang penuh tantangan dan menjadi kunci penting bagi perkembangan pengalaman baru, yang umumnya terjadi pada rentang usia 10-19 tahun. Pada fase ini, sebagian individu sering menghadapi tekanan untuk mencoba alkohol, merokok, atau menggunakan zat-zat terlarang lainnya, serta mulai terlibat dalam berbagai bentuk interaksi sosial. Pertemanan atau pergaulan merupakan salah satu cara bagi individu untuk belajar, beradaptasi, dan menemukan jati diri. Sementara itu, pergaulan bebas mengacu pada bentuk hubungan sosial yang tidak terikat oleh norma-norma yang berlaku dalam masyarakat. Pergaulan bebas adalah perilaku negatif yang melanggar norma agama dan kesusilaan (Darnoto & Dewi, 2020). Beberapa bentuk pergaulan bebas di kalangan remaja meliputi merokok, penyalahgunaan narkoba, seks bebas, tawuran, menciptakan kerusuhan, serta kebiasaan menghabiskan waktu di tempat hiburan malam seperti pesta atau clubbing.

Perkembangan psikososial pada remaja adalah proses yang melibatkan interaksi sosial dan pengaruh lingkungan dalam membentuk identitas, emosi, dan kepribadian individu. Menurut Erik Erikson, tahap perkembangan ini sangat penting karena remaja berusaha menemukan jati diri mereka di tengah perubahan fisik dan emosional yang signifikan. Pada masa ini, remaja sering kali mengalami konflik antara keinginan untuk mandiri dan kebutuhan untuk diterima oleh kelompok sebaya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rusuli (2022) menyebutkan bahwa Erikson juga membahas isu pergaulan bebas di kalangan remaja, terutama di lingkungan sekolah. Pada tahap kelima, yaitu identitas versus kebingungan peran, remaja memasuki masa akhir perkembangan mereka, umumnya saat berada di bangku sekolah menengah. Pada fase ini, remaja berupaya membangun identitas diri dan membentuk pandangan pribadi terhadap dunia di sekitar mereka. Tahap ini sangat krusial karena remaja menghadapi krisis masa remaja. Misalnya, mereka berusaha menemukan jati diri. Jika gagal dalam membangun kepribadian yang solid, maka risiko terjerumus dalam pergaulan bebas menjadi lebih tinggi (Susantin, 2018).

Faktor yang Mempengaruhi Pergaulan Bebas pada Remaja

Pergaulan bebas pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks yang saling berkaitan. Salah satu faktor utama adalah pergeseran budaya, di mana kebudayaan

suatu daerah mengalami perubahan yang menyebabkan tidak ada batasan jelas dalam bersosialisasi (Mayolaika et al., 2021). Seiring berjalannya waktu dan meningkatnya interaksi remaja, nilai-nilai dan norma-norma masyarakat berangsur-angsur memudar, sehingga remaja kehilangan pedoman perilaku yang seharusnya dipandu oleh leluhur mereka (Kasanah et al., 2022). Kurangnya perhatian dari orang tua menjadi faktor penting lainnya. Penelitian menunjukkan bahwa pelaku pergaulan bebas umumnya adalah anak-anak yang kurang mendapatkan kasih sayang dari orang tua mereka. Ketika orang tua tidak mampu menyesuaikan pendidikan dengan kebutuhan otonomi anak atau bahkan tidak tertarik memantau perkembangan sosial anaknya, anak akan lebih rentan terhadap pengaruh negatif. Kewaspadaan orang tua merupakan kunci untuk mencegah pergaulan bebas, terutama melalui komunikasi terbuka tentang kesehatan seksual dan reproduksi (Widyanti & Jatiningsih, 2022).

Keadaan lingkungan keluarga yang tidak harmonis juga memicu pergaulan bebas pada remaja. Remaja dari keluarga yang kurang harmonis sering merasa cemas ketika melihat orang tua mereka bertengkar, sehingga cenderung kabur dari rumah atau keluar hingga larut malam. Lemahnya ikatan keluarga dan perselisihan yang sering terjadi dapat menyebabkan anak bertindak di luar pengawasan orang tua dan mencari pelarian di tempat-tempat yang tidak tepat. Pendidikan dalam keluarga berpengaruh signifikan terhadap pemahaman remaja tentang pergaulan bebas. Remaja yang berasal dari keluarga dengan pendidikan rendah cenderung memiliki pengetahuan yang kurang tentang risiko pergaulan bebas, sedangkan remaja dari keluarga berpendidikan tinggi memiliki akses lebih baik terhadap informasi (Maulida et al., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan keluarga memainkan peran penting dalam membentuk sikap remaja terhadap perilaku yang sehat. Pengaruh teman sebaya merupakan faktor yang sangat kuat dalam membentuk perilaku remaja. Siswa menghabiskan sebagian besar waktu mereka bersama teman-teman di luar rumah, sehingga ini dapat mempengaruhi sikap, percakapan, minat, penampilan, dan perilaku mereka. Remaja yang lemah dalam mempertahankan diri sering kali terlalu terikat pada perintah teman sebaya, termasuk ajakan untuk terlambat, tidak pulang langsung setelah sekolah, atau terlibat dalam perilaku menyimpang lainnya.

Media sosial telah menjadi kebutuhan generasi muda saat ini, namun juga menjadi sumber risiko yang serius. Ketersediaan berbagai konten di media sosial membuat remaja sulit membedakan antara yang pantas dan tidak pantas untuk diakses. Banyak situs porno dan konten tidak layak yang mudah diakses, terutama ketika remaja tidak mampu mengelola informasi dengan bijak. Remaja sering menghabiskan waktu dengan mengakses konten buruk di media sosial, termasuk melalui Instagram, Facebook, YouTube, dan aplikasi pesan lainnya. Rendahnya kontrol diri dan kesadaran diri remaja merupakan faktor internal yang krusial. Remaja dengan pengendalian diri yang rendah memiliki sifat tidak stabil yang dapat mengarah pada perilaku kriminal dan menyimpang. Ketidakmampuan dalam menahan emosi dan dorongan hati menyebabkan remaja cepat mengambil keputusan yang merugikan diri sendiri. Pertahanan diri yang lemah tidak mampu melindungi remaja dari pengaruh negatif lingkungan, seperti kecanduan narkoba, minuman beralkohol, atau merokok. Kurangnya nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan remaja menjadi penyebab lain dari pergaulan bebas. Remaja yang melakukan pergaulan bebas jarang mengikuti kegiatan keagamaan, dan pendidikan agama yang

ditanamkan sejak dini sangat penting untuk membentuk pemahaman tentang perilaku yang baik sesuai norma dan ajaran agama (Nurjanah et al., 2023). Jika kepribadian remaja dipenuhi dengan nilai-nilai agama yang kuat, mereka akan terhindar dari perilaku buruk dan memiliki pedoman hidup yang jelas.

Gaya hidup yang kurang baik juga berkontribusi terhadap pergaulan bebas pada remaja. Mengikuti tren Barat dan gaya hidup modern yang tidak sesuai dengan nilai-nilai lokal dapat menimbulkan masalah dan mengarah pada perilaku berisiko. Status sosial ekonomi keluarga yang rendah juga mempengaruhi remaja untuk sering ditolak oleh teman-temannya, sehingga mereka bergabung dengan kelompok teman sebaya yang melakukan pergaulan bebas sebagai upaya mendapatkan pengakuan dan status. Terakhir, faktor-faktor seperti pikiran dan perasaan, referensi pribadi, sumber daya, dan budaya juga berhubungan erat dengan perilaku seksual bebas remaja. Rendahnya komponen pikiran dan perasaan, yang mencakup pengetahuan, sikap, dan kesadaran, menyebabkan remaja mudah terpengaruh. Meskipun orang tua tetap menjadi pengaruh terbesar, namun bagi sebagian besar remaja, teman sebaya dianggap memainkan peran yang lebih penting di masa remaja. Remaja cenderung meniru atau mengikuti tindakan teman dekatnya untuk mendapatkan persetujuan, sementara faktor budaya yang dianut masyarakat dan lingkungan sekitar juga dapat mempengaruhi perilaku mereka (Parawansa & Nasution, 2022).

Dinamika Lingkungan Terhadap Pergaulan Bebas

Pergaulan bebas pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks yang saling berkaitan. Salah satu faktor utama adalah pergeseran budaya, di mana kebudayaan suatu daerah mengalami perubahan yang menyebabkan tidak ada batasan jelas dalam bersosialisasi. Seiring berjalannya waktu dan meningkatnya interaksi remaja, nilai-nilai dan norma-norma masyarakat berangsur-angsur memudar, sehingga remaja kehilangan pedoman perilaku yang seharusnya dipandu oleh leluhur mereka. Kurangnya perhatian dari orang tua menjadi faktor penting lainnya, di mana penelitian menunjukkan bahwa pelaku pergaulan bebas umumnya adalah anak-anak yang kurang mendapatkan kasih sayang dari orang tua mereka. Ketika orang tua tidak mampu menyesuaikan pendidikan dengan kebutuhan otonomi anak atau bahkan tidak tertarik memantau perkembangan sosial anaknya, anak akan lebih rentan terhadap pengaruh negatif. Keadaan lingkungan keluarga yang tidak harmonis juga memicu pergaulan bebas pada remaja.

Remaja dari keluarga yang kurang harmonis sering merasa cemas ketika melihat orang tua mereka bertengkar, sehingga cenderung kabur dari rumah atau keluar hingga larut malam (Karimah, 2021). Lemahnya ikatan keluarga dan perselisihan yang sering terjadi dapat menyebabkan anak bertindak di luar pengawasan orang tua dan mencari pelarian di tempat-tempat yang tidak tepat. Pendidikan dalam keluarga berpengaruh signifikan terhadap pemahaman remaja tentang pergaulan bebas. Remaja yang berasal dari keluarga dengan pendidikan rendah cenderung memiliki pengetahuan yang kurang tentang risiko pergaulan bebas, sedangkan remaja dari keluarga berpendidikan tinggi memiliki akses lebih baik terhadap informasi. Dukungan lingkungan sosial, khususnya orang tua, dapat mencegah remaja agar terhindar dari perbuatan yang tidak sesuai dengan norma sosial maupun norma agama. Orang tua tidak hanya harus menjaga emosi dan perasaan pada remaja, tetapi juga harus mengawasi anaknya agar tidak melakukan

perbuatan yang tidak sesuai dengan norma yang ada, baik dari aspek fisik maupun psikologis (Kristianti & Nurwati, 2021).

Pengaruh teman sebaya merupakan faktor yang sangat kuat dalam membentuk perilaku remaja. Siswa menghabiskan sebagian besar waktu mereka bersama teman-teman di luar rumah, sehingga ini dapat mempengaruhi sikap, percakapan, minat, penampilan, dan perilaku mereka. Remaja yang lemah dalam mempertahankan diri sering kali terlalu terikat pada perintah teman sebaya, termasuk ajakan untuk terlambat, tidak pulang langsung setelah sekolah, atau terlibat dalam perilaku menyimpang lainnya. Remaja sering kali terpengaruh oleh dinamika sosial dalam kelompoknya, di mana mereka mungkin merasa tekanan untuk mengadopsi perilaku tertentu agar diterima. Hal ini menciptakan situasi di mana remaja dapat terlibat dalam aktivitas berisiko, termasuk penggunaan narkoba dan seks bebas, sebagai upaya untuk mendapatkan pengakuan dari teman-teman mereka. Dalam tahap perkembangan ini, remaja lebih cenderung untuk mencari penerimaan dari kelompok teman sebaya mereka, yang seringkali mempengaruhi keputusan dan perilaku mereka, sehingga remaja yang terlibat dalam kelompok teman sebaya yang positif cenderung menunjukkan perilaku sosial yang baik.

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari remaja, memfasilitasi interaksi dan komunikasi di antara mereka. Namun, dampak dari penggunaan media sosial ini sangat beragam, baik positif maupun negatif. Di satu sisi, media sosial dapat menjadi sarana untuk memperluas jaringan sosial dan meningkatkan keterampilan komunikasi, sementara di sisi lain, media sosial juga dapat memicu perilaku negatif. Banyak remaja merasa tertekan untuk mengikuti tren dan norma yang ditetapkan oleh teman sebaya di platform digital, sehingga mereka terlibat dalam perilaku yang tidak sehat, seperti pergaulan bebas, demi mendapatkan pengakuan atau popularitas. Media sosial telah menjadi kebutuhan generasi muda saat ini, namun ketersediaan berbagai konten di media sosial membuat remaja sulit membedakan antara yang pantas dan tidak pantas untuk diakses. Banyak situs porno dan konten tidak layak yang mudah diakses, terutama ketika remaja tidak mampu mengelola informasi dengan bijak (Nelfianti et al., 2022). Remaja sering menghabiskan waktu dengan mengakses konten buruk di media sosial, termasuk melalui Instagram, Facebook, YouTube, dan aplikasi pesan lainnya.

Salah satu dampak signifikan dari media sosial adalah tekanan sosial yang dialami oleh remaja. Mereka sering kali merasa harus memenuhi ekspektasi tertentu yang ditetapkan oleh lingkungan daring mereka, sehingga dapat menciptakan perasaan bersaing yang tidak sehat di mana remaja saling menunjukkan siapa yang lebih baik atau lebih populer. Ketika remaja melihat teman-teman mereka memposting konten yang menunjukkan kebahagiaan atau kesuksesan, mereka mungkin merasa tertekan untuk menampilkan hal yang sama, meskipun kenyataannya berbeda. Kecanduan media sosial menjadi masalah serius di kalangan remaja, di mana banyak dari mereka menghabiskan waktu berlebihan di platform digital, yang mengganggu interaksi sosial tatap muka dan aktivitas fisik lainnya. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan penurunan produktivitas akademik dan meningkatkan risiko masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Remaja yang kecanduan media sosial cenderung

mengabaikan tanggung jawab sehari-hari dan lebih memilih untuk berinteraksi secara online daripada secara langsung dengan keluarga dan teman-teman mereka.

Media sosial juga sering kali dipenuhi dengan konten negatif yang dapat berdampak buruk pada perilaku remaja. Tayangan atau video yang menggambarkan perilaku menyimpang seperti bullying, kekerasan, atau perilaku seksual eksplisit dapat ditiru oleh remaja tanpa mempertimbangkan konsekuensinya. Ketika remaja melihat perilaku tersebut dianggap wajar di dunia maya, mereka mungkin mulai memandangnya sebagai hal yang normal dalam kehidupan nyata, yang dapat mengarah pada peningkatan kasus pergaulan bebas dan perilaku menyimpang lainnya. Sebaliknya, konten positif di media sosial juga memiliki potensi untuk mempengaruhi perilaku remaja secara konstruktif. Ketika remaja melihat tindakan kebaikan atau dukungan sosial dari publik figur atau teman-teman mereka, hal ini dapat menumbuhkan empati dan dorongan untuk berperilaku baik dalam kehidupan sehari-hari, sehingga penting bagi remaja untuk memiliki kemampuan kritis dalam menilai konten yang mereka konsumsi di media sosial.

Rendahnya kontrol diri dan kesadaran diri remaja merupakan faktor internal yang krusial dalam terjadinya pergaulan bebas. Remaja dengan pengendalian diri yang rendah memiliki sifat tidak stabil yang dapat mengarah pada perilaku kriminal dan menyimpang. Ketidakmampuan dalam menahan emosi dan dorongan hati menyebabkan remaja cepat mengambil keputusan yang merugikan diri sendiri. Pertahanan diri yang lemah tidak mampu melindungi remaja dari pengaruh negatif lingkungan, seperti kecanduan narkoba, minuman beralkohol, atau merokok. Remaja yang orang tuanya terlalu kejam, tidak dapat menyesuaikan didikan dengan keperluan anak untuk berautonomi, ataupun sebaliknya orang tua yang tidak peduli untuk memantau perkembangan sosial anak, memiliki potensi untuk mencari teman sebaya yang mempunyai masalah yang kemudian menjadi faktor penarik untuk terlibat dalam gejala sosial. Kurangnya nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan remaja menjadi penyebab lain dari pergaulan bebas. Remaja yang melakukan pergaulan bebas jarang mengikuti kegiatan keagamaan, dan pendidikan agama yang ditanamkan sejak dini sangat penting untuk membentuk pemahaman tentang perilaku yang baik sesuai norma dan ajaran agama. Jika kepribadian remaja dipenuhi dengan nilai-nilai agama yang kuat, mereka akan terhindar dari perilaku buruk dan memiliki pedoman hidup yang jelas.

Kewaspadaan orang tua merupakan kunci untuk mencegah pergaulan bebas, terutama melalui komunikasi terbuka tentang kesehatan seksual dan reproduksi, sehingga orang tua dapat memberikan pendidikan yang tepat dan menciptakan kepercayaan dengan anak mereka. Gaya hidup yang kurang baik juga berkontribusi terhadap pergaulan bebas pada remaja. Mengikuti tren Barat dan gaya hidup modern yang tidak sesuai dengan nilai-nilai lokal dapat menimbulkan masalah dan mengarah pada perilaku berisiko (Irma et al., 2023). Status sosial ekonomi keluarga yang rendah juga mempengaruhi remaja untuk sering ditolak oleh teman-temannya, sehingga mereka bergabung dengan kelompok teman sebaya yang melakukan pergaulan bebas sebagai upaya mendapatkan pengakuan dan status. Faktor-faktor seperti pikiran dan perasaan, referensi pribadi, sumber daya, dan budaya juga berhubungan erat dengan perilaku seksual bebas remaja. Rendahnya komponen pikiran dan perasaan, yang mencakup pengetahuan, sikap, dan kesadaran, menyebabkan remaja mudah terpengaruh. Meskipun

orang tua tetap menjadi pengaruh terbesar, namun bagi sebagian besar remaja, teman sebaya dianggap memainkan peran yang lebih penting di masa remaja, sehingga remaja cenderung meniru atau mengikuti tindakan teman dekatnya untuk mendapatkan persetujuan, sementara faktor budaya yang dianut masyarakat dan lingkungan sekitar juga dapat mempengaruhi perilaku mereka.

Upaya pencegahan pergaulan bebas harus melibatkan berbagai pihak dan lingkungan. Hubungan antara orang tua dan anak sangat mempengaruhi perkembangan psikososial remaja, di mana komunikasi yang terbuka dan positif antara orang tua dan anak dapat menciptakan ikatan emosional yang kuat, yang penting untuk membangun kepercayaan diri dan identitas remaja. Ketika orang tua terlibat aktif dalam kehidupan anak mereka, remaja cenderung memiliki perilaku sosial yang lebih baik dan lebih sedikit terlibat dalam perilaku berisiko. Pola asuh otoriter, di mana orang tua menerapkan aturan ketat tanpa memberikan ruang untuk diskusi, dapat menyebabkan anak merasa tertekan dan berpotensi memberontak (Sari, 2020). Pola asuh permisif yang memberikan kebebasan tanpa batasan yang jelas dapat menyebabkan anak kurang memahami batasan sosial dan berisiko terlibat dalam perilaku negatif. Pola asuh responsif, di mana orang tua memberikan dukungan emosional sambil menetapkan batasan yang jelas, terbukti paling efektif dalam mencegah pergaulan bebas di kalangan remaja. Langkah-langkah yang dapat diambil oleh orang tua untuk mencegah pergaulan bebas meliputi membangun komunikasi terbuka di mana anak merasa nyaman untuk berbicara tentang masalah yang mereka hadapi, memberikan pendidikan seksual yang komprehensif tentang seksualitas dan konsekuensi dari pergaulan bebas, serta menciptakan lingkungan yang mendukung di mana keluarga menjadi tempat remaja merasa aman dan didukung sehingga mereka tidak mencari pengakuan di tempat lain.

Konflik dalam keluarga seringkali menjadi faktor pendorong bagi remaja untuk mencari dukungan di luar rumah, termasuk di kalangan teman sebaya, sehingga ketika terjadi perpecahan atau ketegangan dalam hubungan keluarga, remaja mungkin merasa tidak aman dan mencari pengakuan dari kelompok lain, yang dapat mengarah pada perilaku menyimpang. Norma sosial berfungsi sebagai pedoman perilaku yang diharapkan dalam masyarakat (Widiawati & Ansori, 2023). Dalam konteks remaja, norma-norma ini sangat penting karena dapat memengaruhi cara mereka berinteraksi dan membuat keputusan. Di masyarakat yang menjunjung tinggi nilai-nilai moral dan etika, norma sosial cenderung membatasi perilaku menyimpang seperti pergaulan bebas, sedangkan di lingkungan yang lebih permisif atau di mana norma-norma sosial mulai luntur, remaja mungkin lebih rentan terhadap pengaruh negatif. Masyarakat perkotaan sering kali menjadi tempat di mana norma sosial lebih fleksibel, sehingga remaja dapat terpapar pada berbagai perilaku yang dianggap "normal" dalam konteks tertentu, seperti penggunaan alkohol atau seks bebas. Hal ini berbeda dengan masyarakat pedesaan yang biasanya lebih ketat dalam menerapkan norma-norma sosial yang berbasis pada tradisi dan agama.

Komunitas memiliki peran krusial dalam membentuk perilaku remaja. Keterlibatan komunitas dalam mendukung kegiatan positif dapat memberikan alternatif bagi remaja untuk berinteraksi secara sehat. Program-program komunitas seperti olahraga, seni, dan kegiatan keagamaan dapat menjadi sarana untuk membangun ikatan

sosial yang kuat dan mengurangi risiko pergaulan bebas (Bobyanti, 2023). Ketika komunitas aktif dalam menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, remaja merasa memiliki tempat untuk mengekspresikan diri tanpa harus terlibat dalam perilaku negatif (Umar & Masnawati, 2024). Sebaliknya, kurangnya dukungan dari komunitas dapat menyebabkan remaja mencari pengakuan di luar lingkungan yang positif, sehingga meningkatkan risiko keterlibatan dalam pergaulan bebas. Akses terhadap fasilitas publik seperti pusat komunitas, taman, dan ruang terbuka hijau juga berkontribusi pada perilaku remaja. Fasilitas yang memadai dapat memberikan ruang bagi remaja untuk berkumpul dan berinteraksi secara positif, sedangkan ketika fasilitas tersebut tidak tersedia atau tidak aman, remaja mungkin mencari alternatif lain untuk bersosialisasi, yang sering kali berujung pada perilaku menyimpang (Sakti, 2020).

Kondisi ekonomi masyarakat juga mempengaruhi akses ke fasilitas ini. Di daerah dengan tingkat kemiskinan tinggi, fasilitas umum sering kali terbatas atau tidak terawat dengan baik, sehingga mengurangi kesempatan bagi remaja untuk terlibat dalam kegiatan positif. Sebaliknya, daerah dengan sumber daya yang cukup cenderung menawarkan lebih banyak peluang bagi remaja untuk berpartisipasi dalam aktivitas konstruktif. Lingkungan sekolah yang aman dan mendukung memberikan kesempatan bagi siswa untuk berkembang secara emosional dan sosial. Ketika siswa merasa dihargai dan diterima di sekolah, mereka cenderung mengembangkan perilaku positif dan menghindari pergaulan bebas. Tekanan sosial di lingkungan sekolah dapat berasal dari berbagai sumber, termasuk teman sebaya, guru, dan budaya sekolah itu sendiri, di mana tekanan ini sering kali berhubungan dengan tuntutan akademik dan norma-norma sosial yang ada di sekolah. Budaya sekolah yang inklusif dan mendukung bagi semua siswa terbukti dapat membantu mencegah perilaku menyimpang di kalangan siswa.

Kekecewaan terhadap keluarga maupun lingkungan sekitarnya terus berpengaruh kepada perilaku remaja yang menyimpang untuk mengekspresikan perasaannya. Pergaulan atau pertemanan adalah salah satu cara individu untuk belajar, bersosialisasi, serta sebagai salah satu langkah mencari jati diri. Pergaulan merupakan kehidupan berteman atau bermasyarakat, sedangkan pergaulan bebas adalah suatu perilaku pertemanan yang tidak terikat oleh segala macam norma yang berlaku di masyarakat (Rondonuwu et al., 2024). Kolaborasi antara berbagai elemen masyarakat, termasuk keluarga, sekolah, komunitas, dan media massa, sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan remaja dan mencegah mereka terjerumus ke dalam pergaulan bebas. Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lingkungan pergaulan siswa tergolong sangat kondusif dan mendukung proses belajar di sekolah, dengan mayoritas responden berada dalam kategori lingkungan pergaulan yang sangat kondusif, sehingga diindikasikan bahwa siswa yang bersekolah di institusi berkualitas tinggi telah menunjukkan perilaku selektif serta positif dalam memilih lingkungan pergaulan.

Dampak Pergaulan Bebas

Pergaulan bebas memberikan dampak besar terhadap perkembangan remaja, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Fenomena ini semakin mengkhawatirkan karena tidak hanya melibatkan remaja, tetapi juga anak-anak dan orang dewasa. Salah satu dampak paling serius adalah meningkatnya risiko penyakit menular seksual seperti

HIV/AIDS, yang dapat menyerang berbagai organ tubuh dan mengancam nyawa jika tidak ditangani dengan baik. Aktivitas seksual bebas juga menimbulkan konsekuensi kesehatan jangka panjang yang dapat mengubah arah kehidupan remaja secara permanen. Selain risiko kesehatan, pergaulan bebas sering berujung pada kehamilan yang tidak direncanakan. Kondisi ini dapat mengganggu pendidikan, menutup peluang karir, serta menimbulkan tanggung jawab yang belum siap ditanggung oleh remaja. Di sisi lain, muncul pula dampak emosional berupa ketergantungan yang tidak sehat terhadap pasangan, akibat kurangnya kematangan emosi dan pengalaman hidup. Ketergantungan ini berpotensi membatasi perkembangan diri dan menghambat kemampuan remaja untuk membangun hubungan yang sehat di masa depan.

Strategi Pencegahan Pergaulan Bebas

Strategi mengatasi pergaulan bebas pada remaja merupakan tantangan yang kompleks yang memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pemangku kepentingan, termasuk pemerintah, keluarga, sekolah, komunitas, dan individu itu sendiri. Pendidikan seks yang komprehensif merupakan salah satu langkah awal yang penting dalam mengatasi pergaulan bebas. Pendidikan seks yang diberikan di sekolah harus mencakup informasi yang akurat dan jelas tentang anatomi, reproduksi, kontrasepsi, dan risiko yang terkait dengan pergaulan bebas. Pendidikan ini harus dilakukan secara terbuka dan kolaboratif sehingga remaja merasa nyaman bertanya dan berdiskusi tentang topik tersebut. Berikutnya, penting juga untuk memperkuat peran orang tua dalam membimbing anak. Orang tua perlu berkomunikasi secara terbuka dengan/remajanya tentang seks dan hubungan yang sehat. Mereka harus menyampaikan nilai-nilai moral dan pemahaman tentang akibat dari pergaulan bebas. Keluarga juga perlu menciptakan lingkungan yang aman di mana generasi muda merasa didukung dan mempunyai tempat untuk membicarakan pengalaman dan pertanyaan mereka. Selain itu, perlu adanya peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya mencegah perilaku promiscuous. Program sosial dan kampanye publik dapat digunakan untuk mengubah persepsi masyarakat tentang pergaulan bebas dan mempromosikan norma-norma sosial yang mendukung perilaku sehat.

Keterlibatan masyarakat dalam mendukung remaja dan memberikan pilihan positif juga menjadi langkah penting dalam mengatasi pergaulan bebas. Pemerintah juga memainkan peran penting dalam menyediakan layanan kesehatan reproduksi yang terjangkau dan mudah diakses oleh remaja. Hal ini mencakup akses informasi mengenai kontrasepsi, pemeriksaan kesehatan, dan konseling untuk memenuhi kebutuhan remaja. Pemerintah juga dapat menerapkan peraturan yang lebih ketat terhadap konten seksual di media massa dan Internet untuk melindungi generasi muda dari paparan yang tidak pantas. Penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung generasi muda dalam membuat pilihan yang sehat. Hal ini termasuk menciptakan peluang untuk kegiatan positif, mengembangkan keterampilan sosial dan mendukung perkembangan emosional. Dengan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, remaja cenderung menghindari perilaku seksual berisiko dan menjalani kehidupan yang sehat secara fisik dan mental. Pergaulan bebas remaja dapat diatasi secara efektif melalui tindakan bersama yang dilakukan oleh pemerintah, keluarga, sekolah, komunitas, dan individu. Hal ini memerlukan komitmen bersama untuk membekali generasi muda dengan

pengetahuan dan keterampilan yang mereka perlukan untuk membuat keputusan yang bijaksana dan menjalani kehidupan yang sehat.

Kesimpulan

Pergaulan bebas menjadi salah satu masalah sosial yang sedang marak terjadi. Pergaulan bebas disebabkan oleh banyak hal mulai dari lingkungan seperti keluarga, sekolah, masyarakat, hingga media sosial. Kurangnya komunikasi ataupun terjadinya konflik di keluarga, kurangnya pendidikan tentang seks dan bahayanya, serta budaya di masyarakat sekitarnya dapat mempengaruhi terjadinya pergaulan bebas pada remaja. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah pergaulan bebas dapat dilakukan secara bersama oleh banyak pihak mulai dari masyarakat disekitarnya dengan cara menanamkan norma sosial yang baik di lingkungannya, kemudian dari pihak keluarga dapat melakukannya dengan cara menjaga komunikasi serta mengajari anak tentang nilai-nilai sosial yang positif serta memperhatikan lingkungan pertemanan anak dan lingkungan media sosial yang digunakan anak. Dalam konteks lingkungan sekolah juga dapat mencegah terjadinya pergaulan bebas dengan cara memberikan pendidikan tentang reproduksi, menanamkan nilai-nilai positif, serta selalu mengawasi lingkungan pergaulan anak-anak yang berada di sekolah. Dengan pendekatan yang terkoordinasi antara keluarga, sekolah, masyarakat, dan individu, pergaulan bebas di kalangan remaja dapat diatasi secara efektif.

Referensi

- Anggraini, Y. (2017). *Hubungan Fungsi Afektif Keluarga Dengan Perilaku Kenakalan Remaja Di Smk Cendana Padang Panjang Tahun 2016*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:149899135>
- Anwar, H. K., Martunis, M., & Fajriani, F. (2019). *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Pergaulan Bebas Pada Remaja Di Kota Banda Aceh*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:165496731>
- Asri, D. N. (2018). *Kenakalan remaja: suatu problematika sosial di era milenial*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:149970059>
- Bobyanti, F. (2023). Kenakalan Remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 1(2), 476–481. <https://doi.org/10.57235/jerumi.v1i2.1402>
- Darnoto, D., & Dewi, H. T. (2020). *Pergaulan Bebas Remaja di Era Milenial Menurut Perspektif Pendidikan Agama Islam*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:225714998>
- Handayani, R., & Surya, E. P. A. (2024). Transformasi Sosial Di Era Digital: Pengaruh Teman Sebaya Dan Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis (JEBS)*, 4(5), 1373–1377. <https://doi.org/10.47233/jebs.v4i5.2085>
- Irma, Asnia Zainudin, Renni Meliana Sari, Muhammad Iqbal, & Aulia Maghfirah. (2023). Sosialisasi Tentang Dampak Buruk Pergaulan Bebas pada Remaja. *Jurnal Pengabdian*

Meambo, 2(2), 89–95. <https://doi.org/10.56742/jpm.v2i2.65>

Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>

Karimah, K. (2021). Kesepian dan Kecenderungan Perilaku Menyakiti Diri Sendiri pada Remaja dari Keluarga Tidak Harmonis. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2), 367. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i2.5978>

Kasanah, S. U., Rosyadi, Z., NURNGAINI, I., & Wafa, K. (2022). Pergeseran Nilai-nilai Etika, Moral dan Akhlak Masyarakat di Era Digital. *SINDA: Comprehensive Journal of Islamic Social Studies*, 2(1), 68–73. <https://doi.org/10.28926/sinda.v2i1.478>

Kristianti, D., & Nurwati, N. (2021). Dampak Perceraian Orang Tua Akibat Ketidakharmonisan Hubungan Kedua Pihak Terhadap Pembentukan Identitas Anak Saat Remaja: Teori Psikososial Erikson. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 219. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.34554>

Kusmiati, M., Ramadani, F. N., Nadia, M., & Nursyam, R. (2022). Pendidikan Kesehatan: Bahaya Pergaulan Bebas Remaja. *Jurnal Pemberdayaan Dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 2(01), 1–8. <https://doi.org/10.34305/jppk.v2i01.441>

Kusumawati, P. D., Ragilia, S., Trisnawati, N. W., Larasati, N. C., Laorani, A., & Soares, S. R. (2018). *Edukasi Masa Pubertas pada Remaja*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:204046627>

Maulida, I. R., Sapitri, W., & Rosanti, F. (2022). Peranan Pendidikan dalam Menghindari Pergaulan Bebas Anak Usia Remaja di Desa Gunung Rintih Dusun VIII Sidomuncul. *Abdi Cendekia : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 54–60. <https://doi.org/10.61253/abdicendekia.v1i2.47>

Mayolaika, S., Effendy, V. V., Delvin, C., & Hanif, M. A. (2021). Pengaruh Kebebasan Berpendapat Di Sosial Media Terhadap Perubahan Etika Dan Norma Remaja Indonesia. *Jurnal Kewarganegaraan*, 5(2), 826–836. <https://doi.org/10.31316/jk.v5i2.2083>

Nelfianti, F., Martiwi, R., Rahman, A., & Kurniawan, A. (2022). Pelatihan Internet Sehat Dan Aman Untuk Remaja. *RESWARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 115–122. <https://doi.org/10.46576/rjpkm.v3i1.1560>

Nurjanah, N., Nisa A, P. H., Fahriza, R., & Farida, N. A. (2023). Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Menjaga Nilai Moral Remaja. *HAWARI : Jurnal Pendidikan Agama Dan Keagamaan Islam*, 4(1), 72–92. <https://doi.org/10.35706/hw.v4i1.9549>

Parawansa, G., & Nasution, F. Z. (2022). Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 630–636.

<https://doi.org/10.56248/educativo.v1i2.82>

- Rahman, M. Z., Rohmah, M., & Rochayati, N. (2020). Studi Penyimpangan Sosial Pada Remaja Di Dusun Tolot-Tolot Desa Gapura Kecamatan Pujut Kabupaten Lombok Tengah. *Society*, 11(1), 35–51. <https://doi.org/10.20414/society.v11i1.2299>
- Rais, M. R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja. *Al-Irsyad*, 12(1), 40. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v12i1.11935>
- Rofii, A., Herdiawan, R. D., Nurhidayat, E., Fakhrudin, A., Sudirno, D., & Nahdi, D. S. (2021). Penyuluhan Tentang Bahaya Pergaulan Bebas Dan Bijak Bermedia Sosial. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 825–832. <https://doi.org/10.31949/jb.v2i4.1588>
- Rondonuwu, D. J., Bokian, G. M., & Kasingku, J. D. (2024). Peran Keluarga Dalam Mengatasi Dampak Negatif Dari Pergaulan Bebas. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 10(3). <https://doi.org/10.31949/educatio.v10i3.8497>
- Rulmuzu, F. (2021). Kenakalan Remaja Dan Penanganannya. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 5(1). <https://doi.org/10.36312/jisip.v5i1.1727>
- Rusuli, I. (2022). Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson Dengan Konsep Islam. *Jurnal As-Salam*, 6(1), 75–89. <https://doi.org/10.37249/assalam.v6i1.384>
- Sakti, G. (2020). Komunikasi Dalam Keluarga Terhadap Perilaku Menyimpang Anak Dan Remaja (Systematic Review). *Human Care Journal*, 5(2), 522. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i2.791>
- Sari, C. W. P. (2020). Pengaruh Pola Asuh Otoriter Orang Tua Bagi Kehidupan Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 2(1), 76–80. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v1i2.597>
- Susantin, J. (2018). Urgensi Kontinuitas Pengawasan Orang Tua Terhadap Pergaulan Bebas Anak. *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman*, 3(1), 113–132. <https://doi.org/10.52185/kariman.v3i1.55>
- Umar, H., & Masnawati, E. (2024). Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Identitas Remaja. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 191–204. <https://doi.org/10.58561/jkpi.v3i2.137>
- Widiawati, R., & Ansori, Y. Z. (2023). Pentingnya Nilai-Nilai Sosial Dan Perilaku Sosial Pada Siswa. *Jurnal Ilmiah Pendidik Indonesia*, 2(1), 27–34. <https://doi.org/10.56916/jipi.v2i1.313>
- Widyanti, Y. E., & Jatiningsih, O. (2022). Peran Orang Tua dalam Mencegah Pergaulan Bebas Anaknya Desa Sudimoro Kecamatan Tulangan Kabupaten Sidoarjo. *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan*, 11(1), 32–48.

<https://doi.org/10.26740/kmkn.v11n1.p32-48>

Yolanda, S. G., Ummah, T., Hamado, H., Aza, D. W., & Astuti, D. A. (2024). Studi Kualitatif Kenakalan Remaja. *Buletin Ilmu Kebidanan Dan Keperawatan*, 3(01), 25–38. <https://doi.org/10.56741/bikk.v3i01.484>