



HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH PADA MAHASISWA UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

Aprilia Kristina Dewi ✉

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Agustus 2014
Disetujui September 2014
Dipublikasikan Oktober 2014

Keywords:

Self Control, Premarital Sexual Behaviour.

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena perilaku seksual pranikah remaja yang akhir-akhir ini banyak dijumpai di Universitas Negeri Semarang. Perilaku seksual pranikah dapat digolongkan sebagai kenakalan remaja sebagai akibat gagalnya sistem kontrol diri terhadap pengaruh dari luar. Keterkaitan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah pada remaja memperlihatkan bahwa kemampuan mengendalikan diri berperan penting dalam menekan perilaku seksual. Perilaku seksual pranikah dapat ditekan apabila terdapat kontrol diri yang kuat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah pada mahasiswa Universitas Negeri Semarang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Subjek pada penelitian ini berjumlah 160 mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan perilaku seksual pada mahasiswa dengan koefisien $r = -0,417$ dan signifikansi atau $p = 0,000$. Apabila kontrol diri rendah maka perilaku seksualnya akan tinggi, begitu juga sebaliknya.

Abstract

This research is motivated by the phenomenon of premarital sexual behavior of teenagers these days are often found at the State University of Semarang. Premarital sexual behavior can be classified as juvenile delinquency as a result of the failure of self-control system to outside influences. The link between self-control with premarital sexual behavior in adolescents showed that the ability to control themselves play an important role in suppressing sexual behavior. Premarital sexual behavior can be reduced if there is a strong self-control. The purpose of this study is to determine is there a relationship between self-control with premarital sexual behavior at Semarang State University students. This research is a quantitative correlation. Subjects in this study amounted to 160 students. The sampling technique used was purposive sampling. The results showed no negative correlation between self-control sexual behavior in students with a coefficient of $r = -0.417$ and significance or $p = 0.000$. If the low self-control sexual behavior will be high, and vice versa.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung A1 Lantai 2 FIP Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: aapriakiad@gmail.com

ISSN 2252-6358

PENDAHULUAN

Saat ini banyak remaja yang terjerumus dalam pergaulan bebas. Banyak remaja yang menyalahartikan pergaulan bebas ini, mereka melakukan banyak hal yang sebenarnya bertentangan dengan norma yang berlaku di masyarakat. Norma dibuat untuk mengatur kehidupan bermasyarakat agar dapat hidup teratur. Saat ini banyak sekali masyarakat yang melanggar aturan-aturan tersebut. Dalam masyarakat kita dikenal adanya norma agama, norma susila, dan norma hukum. Sebagian remaja cenderung melakukan pelanggaran aturan. Salah satunya remaja melakukan perilaku seksual pranikah yang melanggar norma susila dan norma agama yang berlaku di masyarakat.

Perilaku seksual pranikah merupakan salah satu masalah yang terkait dengan remaja saat ini sehingga hal tersebut merupakan masalah yang menjadi fokus perhatian terutama bagi orang tua dan para pendidik. Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) 2010 menunjukkan, 51 persen remaja di Jakarta, Bogor, Tangerang, dan Bekasi atau Jabodetabek telah berhubungan seks pranikah. Artinya dari 100 remaja, 51 sudah tidak perawan (news.liputan6.com).

Data hasil penelitian Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2010 menunjukkan bahwa 35,9 persen remaja mempunyai teman yang sudah pernah melakukan hubungan seks pranikah dan 6,9 persen responden telah melakukan hubungan seks pranikah. Sementara itu, penelitian *Australian National University* (ANU) dan Pusat Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia di Jakarta, Tangerang, Bekasi (Jatabel) tahun 2010 dengan jumlah sampel 3.006 responden (usia di bawah 17-24 tahun) mengindikasikan sebanyak 20,9 persen remaja mengalami kehamilan sebelum menikah dan kelahiran setelah menikah (www.suaramerdeka.com, diunduh 18 April 2013).

Hasil penelitian Windiarti mengenai perilaku seks pranikah mahasiswa di Semarang tahun 2009 menunjukkan 20,4 % dari 250

mahasiswa pernah melakukan hubungan seksual pranikah, sedangkan aktifitas berkencan yang dilakukan sebagai berikut: *kissing* (66,8%), *necking* (52%), *petting* (29,2%), *oral seks* (25,6%), *intercourse* (20,4%), dan *anal seks* sebanyak (6,8%), dari hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa hubungan seksual sebelum menikah justru banyak dilakukan oleh remaja yang berpacaran, meskipun tidak semua remaja berpacaran melakukan hal tersebut, tetapi fakta menunjukkan kecenderungan yang mengkhawatirkan dan memprihatinkan.

Hubungan seks pranikah dapat digolongkan sebagai kenakalan remaja, sebagai akibat gagalnya sistem kontrol diri terhadap pengaruh dari luar yang kuat serta dorongan dalam diri remaja itu sendiri, atau bisa dibalang lemahnya pengendalian diri seseorang terhadap rangsangan-rangsangan di sekitarnya sehingga mendorongnya untuk melakukan perbuatan yang menyimpang, yang dianggapnya sebagai perbuatan yang mengandung "nilai lebih" oleh individu maupun kelompok remaja (*peer group*). Kesadaran akan pentingnya kontrol diri perlu dibangun agar remaja mampu menahan diri agar tidak melakukan tindak perilaku seksual pranikah karena tindakan tersebut tidak hanya merugikan dirinya sendiri akan tetapi juga merugikan keluarga dan lingkungan masyarakat.

Keterkaitan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah pada remaja memperlihatkan bahwa kemampuan mengendalikan diri remaja berperan penting dalam menekan perilaku seksualnya. Perilaku seksual pranikah pada remaja dapat ditekan apabila terdapat kontrol diri yang kuat. Remaja yang memiliki kontrol diri kuat mampu menahan atau mengendalikan dorongan-dorongan seksual yang timbul dari dalam dirinya. Setiap dorongan seksual yang muncul dapat dikendalikan remaja dengan cara mengalihkan pikiran dalam arti tidak memikirkan hal-hal yang dapat semakin mendorong gairah seksualnya.

Peneliti melakukan observasi di kos-kosan yang lokasinya dekat dengan kampus UNNES. Sekarang ini banyak bermunculan kos-kosan bebas, kos bebas yang dimaksudkan di sini

adalah kos yang tidak diawasi atau ditunggu oleh pemiliknya. Mereka umumnya mempekerjakan orang untuk mengurus kos, termasuk menjaga keamanan pintu gerbang. Tetapi tidak sedikit di antaranya yang menyerahkan urusannya tersebut kepada penghuni kos sehingga anak kos pun bebas melakukan apapun yang mereka inginkan, termasuk berpacaran di dalam kos. Ada juga kos-kosan campur, kos ini berisikan wanita dan laki-laki dalam satu kosan. Jika individu tidak memiliki kontrol diri maka akan sangat memungkinkan bagi remaja untuk melakukan perilaku seksual pranikah. Selain itu, remaja yang memiliki kontrol diri kuat juga dapat mengalihkan timbulnya dorongan seksual. Banyaknya aktivitas atau kegiatan yang dilakukan oleh remaja merupakan salah satu faktor yang dapat meminimalkan terjadinya perilaku seksual dalam bentuk apapun.

Dari uraian tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian yang berjudul **“HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH PADA MAHASISWA UNNES”**

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis korelasional yaitu rancangan penelitian yang digunakan untuk menelaah hubungan antara dua variabel pada situasi atau kelompok subjek (Notoatmodjo, 2010:145).

Menurut Sugiyono (2012: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan digunakan untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini memiliki karakteristik yang sama yaitu seluruh mahasiswa Universitas Negeri Semarang. Subjek dari penelitian ini adalah pasien rawat inap di ruang melati RSUD Kalisari Batang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sehingga data yang diperoleh lebih representatif dengan menggunakan responden yang kompeten.

Subjek yang digunakan sebanyak 160 mahasiswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan yaitu skala kontrol diri dan skala perilaku seksual pranikah.

Hasil penelitian dianalisis menggunakan *SPSS versi 17 for Windows* untuk menetapkan validitas dan reliabilitas alat ukur. Hasil analisis diperoleh bahwa validitas untuk skala perilaku seksual pranikah yang terdiri dari 33 item terdapat 27 item yang valid dan 6 item yang tidak valid mempunyai koefisien validitas berkisar 0,313 sampai dengan 0,856 dengan tingkat signifikansi tersebut $< \alpha 0,05$ maka dapat dinyatakan valid. Skala kontrol diri terdiri dari 32 item terdapat 24 item yang valid dan 8 item yang tidak valid. Item yang valid pada skala kontrol diri mempunyai koefisien validitas berkisar 0,481 sampai dengan 0,877 dengan tingkat signifikansi tersebut $< \alpha 0,05$ maka dapat dinyatakan valid.

Reliabilitas skala perilaku seksual pranikah diperoleh koefisien sebesar 0,888 sedangkan skala kontrol diri diperoleh koefisien sebesar 0,873. Kedua reliabilitas ini termasuk tinggi dan layak untuk digunakan dalam penelitian.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan metode korelasi *Pearson* karena hasil dari uji asumsi yaitu uji normalitas menunjukkan bahwa data normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik teknik korelasi penelitian, diperoleh bahwa hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah pada mahasiswa Universitas Negeri Semarang”, diterima. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya kontrol diri maka perilaku seksual pada mahasiswa akan terkontrol.

Calhoun dan Acocella menyatakan bahwa ada dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol perilakunya, pertama bahwa individu merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri sehingga

membutuhkan orang lain, namun agar individu tidak melanggar hak-hak orang lain serta tidak membahayakan orang lain, maka individu tersebut harus mengontrol perilakunya. Kedua masyarakat mendorong individu untuk secara konsisten menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya sehingga dalam memenuhi tuntutan tersebut dibutuhkan kontrol diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang (Calhoun dan Acocella, 1995:150).

Hasil penelitian ini menunjukkan fakta bahwa semakin rendah kontrol diri,

maka akan semakin tinggi perilaku seksual pranikah. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Erlina Safitri (2007) yang menyebutkan bahwa kontrol diri memberikan pengaruh sebesar 12,5% terhadap perilaku seksual pranikah dan sisanya dipengaruhi oleh berbagai faktor lain. Hal serupa juga diungkapkan oleh Pawestri (2012) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kontrol diri terhadap perilaku seksual pada mahasiswa.

Penelitian lain yang terkait langsung dengan kontrol diri dan perilaku seksual pranikah dari Ayu Khairunisa (2013) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah. Hal ini berarti semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki seorang remaja maka semakin rendah perilaku seksual pranikah remaja yang muncul. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki seorang remaja maka semakin tinggi perilaku seksual pranikah yang muncul.

Hurlock (1999:201) menjelaskan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Oleh karena itu saat seseorang memiliki kontrol terhadap dorongan-dorongan seksual dari dalam diri maupun yang datang dari luar maka individu tersebut memiliki kontrol pula terhadap perilaku seksualnya sehingga mencegah terjadinya perilaku permisif dalam perilaku seksualnya.

Hasil korelasi antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah menunjukkan bahwa

ada hubungan antara keduanya adalah negatif yang signifikan karena $p < 0,05$. Dikatakan negatif karena hubungan antara kedua variabel tersebut adalah berlawanan. Hal ini berarti jika variabel X-nya tinggi maka variabel Y-nya rendah begitu pula sebaliknya, dalam hal ini jika tingkat kontrol diri rendah maka tingkat perilaku seksual pranikah akan tinggi. Individu yang memiliki kecenderungan kontrol diri rendah maka dia akan melakukan perilaku seksual pranikah.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di Universitas Negeri Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri mahasiswa berada dalam kategori rendah yaitu sebesar 65%, sedangkan hasil perilaku seksual pranikah termasuk dalam kategori tinggi yaitu sebesar 51,25%.

Sehubungan dengan maraknya perilaku seksual pranikah saat ini, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri akan dapat membantu individu agar tidak terlibat dalam perilaku seksual pranikah. Kontrol diri yang baik akan dapat membuat individu terhindar dari tingkah laku negatif yang tidak sesuai dengan norma sosial, yaitu perilaku seksual pranikah.

SIMPULAN DAN SARAN

Gambaran umum kontrol diri mahasiswa di Universitas Negeri Semarang termasuk dalam kriteria rendah, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa Universitas Negeri Semarang cenderung tidak bisa mengontrol setiap perilakunya. Gambaran umum perilaku seksual pranikah mahasiswa di Universitas Negeri Semarang termasuk kedalam kriteria tinggi, hal ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang melakukan perilaku seksual pranikah.

Terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah mahasiswa Universitas Negeri Semarang. Sehingga semakin rendah kontrol diri semakin tinggi perilaku seksual pranikah.

Merujuk pada simpulan penelitian diatas, peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut : Bagi pihak universitas diharapkan bisa memberikan penyuluhan tentang seks agar

mahasiswa memiliki pengetahuan yang lebih mengenai resiko melakukan perilaku seksual pranikah. Bagi mahasiswa diharapkan dapat memilih lingkungan pergaulan, melakukan berbagai aktivitas yang bersifat positif agar terhindar dari perilaku seksual pranikah, serta meningkatkan kontrol diri. Kontrol diri dapat ditingkatkan dengan cara memperkuat tekad dan berkomitmen untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat bagi kehidupan. Bagi peneliti selanjutnya yang hendak melakukan penelitian serupa sebaiknya peneliti harus bisa membangun *raport* yang baik dengan responden agar responden bisa percaya kepada peneliti sehingga dapat memberikan jawaban yang sesuai dengan hal yang dialami. Peneliti selanjutnya juga harus lebih mencermati fenomena awal yang terjadi, serta diharapkan peneliti selanjutnya lebih kaya akan referensi yang bisa digunakan untuk membantu pembahasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. 1987. *Pengantar Psikologi Jilid I*. Jakarta: Erlangga
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., & Hilgard, E. R. 1993. *Pengantar Psikologi*. Alih bahasa: Nurjannah Taufiq. Jakarta: Erlangga
- Azwar, Syaifudin. 1996. *Tes Prestasi: Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar (Edisi II)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Azwar, Syaifudin. 1999. *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Syaifudin. 2002. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, Syaifudin. 2010. *Sikap Manusia teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Borba, Michele. 2008. *Membangun Kecerdasan Moral*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Calhoun, James F dan Acocella, Joan R. 1990. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Chaplin, J. P. 1999. *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah: Dr. Kartini Kartono. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Dariyo, Agoes. 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia
- Ghufron M. N dan Risnawita R. 2010. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media
- Hadi, Sutrisno. 1987. *Statistik Jilid II*. Yogyakarta: Yayasan Pendidikan Fakultas Psikologi UGM
- Hurlock, E. B. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan ed. 5*. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. B. 2002. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- Kartono, K. 1989. *Psikologi Remaja*. Jakarta: CV. Rajawali
- Khairunisa, Ayu. 2013. *Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda*. Jurnal. Samarinda: Universitas Mulawarman
- Monks, F. J., Knoers, dan Haditomo S. R. 1994. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Pawestri. 2012. *Gambaran Perilaku Seksual Pranikah pada Mahasiswa Pelaku Seks Pranikah di Universitas X Semarang*. Jurnal. Semarang: Universitas Muhammadiyah
- Santrock, John W. 1998. *Adolescence (7nd ed)*. Washington, DC: Mc Graw-Hill
- Santrock. J. W. 2002. *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup.(edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E. P. 1998. *Health Psychology. Biopsychosocial Interaction. Third Editon*. New York: John Wiley & Sons Inc.
- Safitri, Erlina. 2007. *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Remaja*. Jurnal. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Sarwono, S. W. 2000. *Pengantar Umum Psikologi*. Jakarta: PT Bulan Bintang
- Sarwono, S. W. 2005. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Sarwono. 2006. *Ilmu Kebidanan Remaja*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka
- Sarwono, S. W. 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: CV. Rajawali
- Smet, B. 1994. *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Grasindo
- <http://m.suaramerdeka.com/index.php/read/news/2013/02/15/145567>, diunduh 18 april 2013
- <http://video.liputan6.com/main/read/3/1043134/0/bkkbn-51-persen-remaja-jabotabek-tidak-perawan>, diunduh 18 april 2013