

**SELF CONTROL PADA REMAJA PELAKU SEKS PRA NIKAH DI DESA
GUNDIK PONOROGO**

SKRIPSI



Oleh:

Ajeng Ummi Fadhila

NIM. 303190024

Pembimbing:

Muhammad Nurdin, M.Ag

NIP. 19760413200501001

**JURUSAN BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PONOROGO**

2023

ABSTRAK

Fadhila, Ajeng Ummi. 2023. *Self Control* pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah di Desa Gundik Ponorogo. **Skripsi.** Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo. Pembimbing: Muhammad Nurdin, M.Ag.

Kata Kunci : *Self Control*, Remaja, Seks Pra Nikah

Dalam perspektif Islam, seks pranikah dikenal sebagai zina. Ini berarti bahwa hubungan seksual antara seorang pria dan seorang wanita tidak tunduk pada pernikahan yang sah menurut hukum Islam. Namun seks pranikah di kalangan remaja sudah menjadi norma, bukan sesuatu yang baru.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya seks pranikah pada remaja, dan bentuk perubahan perilaku yang dikarenakan adanya *self control* yang dilakukan oleh para remaja.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, pengumpulan data menggunakan teknik observasi dan wawancara. Teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan teknik validasi data

Dalam penelitian ini, diperoleh hasil bahwa faktor penyebab perilaku seks pra nikah yang dialami oleh remaja disebabkan karena keingintahuan terhadap seks pra nikah yang dialami para remaja dan terdapat faktor keluarga dan faktor lingkungan sekitar. Adapun bentuk perubahan perilaku yang terjadi karena adanya *self control* pada pelaku seks pra nikah pada remaja ini menggunakan kontrol perilaku, kontrol kognitif serta pengambilan keputusan. Serta terdapat bentuk perubahan perilaku yang dialami remaja setelah melakukan hubungan seks pra nikah yakni berhenti melakukan seks pra nikah tersebut.



LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas nama saudara :

Nama : Ajeng Umyy Fadhila
NIM : 303190024
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Judul : *Self Control* Pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah di Desa Gundik
Ponorogo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji dalam ujian munaqosah.

Ponorogo, 10 Mei 2023

Mengetahui,
Kajur BPI



Muhammad Nurdin, M.Ag
NIP. 19760413200501001

Menyetujui,
Pembimbing

Muhammad Nurdin, M.Ag
NIP. 19760413200501001



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PONOROGO
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH
PENGESAHAN**

Judul : *Self Control* Pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah di Desa Gundik
Ponorogo

Nama : Ajeng Ummi Fadhila

NIM : 303190024

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Skripsi ini telah dipertahankan pada sidang munaqasah Fakultas Ushuluddin,
Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Ponorogo pada:

Hari : Jum'at

Tanggal : 26 Mei 2023

Dan telah diterima sebagai bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar
sarjana dalam Bimbingan Penyuluhan islam (S.Sos) pada:

Hari : Senin

Tanggal : 12 Juni 2023

Tim Penguji :

1. Ketua Sidang : Irma Rumtianing Uswatul Hanifah, M.S.I. (.....)
2. Penguji 1 : Lia Amalia, M.Si. (.....)
3. Penguji 2 : Muhammad Nurdin, M.Ag. (.....)

Ponorogo, 12 Juni 2023

Mengesahkan

Dekan,



(Dr. H. Ahmad Munir, M. Ag)
NIP. 196806161998031002

SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI

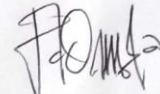
Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ajeng Umyy Fadhila
NIM : 303190024
Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Self Control Pada Pelaku Seks Pra Nikah Di Desa Gundik Ponorogo

Menyatakan bahwa naskah skripsi ini telah diperikasa dan disahkan oleh dosen pembimbing. Selanjutnya saya bersedia naskah tersebut dipublikasikan oleh Perpustakaan IAIN Ponorogo yang dapat diakses di ethesis.iainponorogo.ac.id adapun isi dari keseluruhan tulisan tersebut, sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Demikian pernyataan ini dipergunakan semestinya.

Ponorogo 12 Juni 2023



Ajeng Umyy Fadhila
NIM.303190024

PONOROGO

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ajeng Ummv Fadhila

NIM : 303190024

Jurusan : Bimbingan Penyuluhan Islam

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

“*Self Control* Pada Remaja Pelaku Seks Pra nikah Di Desa Gundik Ponorogo”
adalah hasil penelitian atau karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang
dirujuk sumbernya.

Ponorogo. 10 Mei 2023

Pembuat Pernyataan



Ajeng Ummv Fadhila

NIM. 303190024

PONOROGO

DAFTAR ISI

COVER	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vi
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Telaah Pustaka	7
F. Metodologi Penelitian	12
1. Pendekatan Dan Jenis Penelitian.....	12
2. Lokasi Penelitian.....	13
3. Data Dan Sumber Data.....	13
4. Teknik Pengumpulan Data.....	14
5. Teknik Pengolahan Data	14
6. Teknik Analisis Data.....	15
7. Pengecekan Keabsahan Data.....	16
G. Sistematika Pembahasan	16
BAB II KONSEP <i>SELF CONTROL</i> PADA REMAJA PELAKU SEKS PRA NIKAH.....	18
A. <i>Self Control</i> dan Aspek-Aspeknya	18
1. Pengertian <i>Self Control</i>	18
2. Aspek-Aspek <i>Self Control</i>	24
3. Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	25
4. Kontrol Diri Dalam Prespektif Islam	27

B. Perubahan Perilaku dan Bentuk-Bentuknya.....	29
1. Pengertian Perubahan Perilaku	29
2. Bentuk Perubahan Perilaku	31
3. Faktor Yang Mempengaruhi Perubahan Perilaku	33
4. Tahap Perubahan Perilaku.....	35
C. Remaja dan Permasalahannya.....	37
1. Pengertian Remaja	37
2. Tahun Tahun Masa Remaja	38
3. Ciri-Ciri Masa Remaja	39
4. Perkembangan Remaja.....	43
D. Seks Pra Nikah di Kalangan Remaja	48
1. Pengertian Seks Pra Nikah.....	48
2. Bentuk-Bentuk Seks Pra Nikah.....	52
3. Faktor Penyebab Remaja Melakukan Seks Pra Nikah.....	53
4. Dampak Perilaku Seks Pra Nikah	74
BAB III KONSEP <i>SELF CONTROL</i> PADA REMAJA PELAKU SEKS PRA	
NIKAH.....	79
A. Profil.....	79
1. Sejarah Berdirinya	79
2. Sejarah Organisasi.....	79
3. Program Desa	80
4. Lokasi Penelitian.....	82
5. Sumber Data.....	82
B. Faktor Penyebab Perilaku Seks Pra Nikah pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah.....	84
C. Bentuk Perubahan Perilaku yang Terjadi Karena Adanya <i>Self Control</i> Pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah	89
BAB IV PEMBAHASAN BENTUK <i>SELF CONTROL</i> REMAJA PELAKU	
SEKS PRA NIKAH	103
A. Faktor Penyebab Perilaku Seks Pra Nikah pada Remaja di Desa Gundik Ponorogo	103

B. Bentuk Perubahan Perilaku yang Terjadi karena Adanya <i>Self Control</i> pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah di Desa Gundik Ponorogo.....	113
BAB V PENUTUP.....	122
A. Kesimpulan	122
B. Saran.....	122
DAFTAR PUSTAKA	124



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam kajian psikologi perkembangan, fase-fase dalam perkembangan manusia telah diperinci secara mendalam. Di dalam fase-fase itu terdapat masa remaja, yaitu masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa.¹

Fenomena sosial yang umum terjadi adalah seks pranikah, dan pelakunya kebanyakan adalah remaja. Perempuan yang menjadi pelaku kekerasan adalah pihak yang paling menderita dari tindakan yang mereka lakukan, baik secara fisik maupun psikologis. Melihat kenyataan ini, banyak remaja terjerumus ke dalam pergaulan bebas. Hal ini disebabkan adanya kebebasan, faktor utamanya adalah kurangnya pemahaman tentang batas-batas pergaulan antara laki-laki dan perempuan dalam masyarakat saat ini.²

Berdasarkan teori tahapan perkembangan, menurut Erickson dalam Agustriyana, dari masa bayi hingga masa tua, masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan yaitu remaja awal, remaja pertengahan, serta remaja akhir. Rentang usia remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Rentang usia remaja

¹ Sahlihun A.Nasir, *Peranan Pendidikan Agama terhadap Pemecahan Problema Remaja*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1999), 63.

² Crockett, L. J., Bingham, C. R., Chopak, J. S., & Vicary, J. R., *Timing of First Sexual Intercourse : The Role of Social Control, Social Learning, and Problem Behavior Timing of First Sexual Intercourse : The Role Of'*, (Journal of Youth and Adolescence, 1996), Vol. 25, No. 1, 89–111.

pertengahan pada perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan rentang usia remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun.³

Jadi dapat ditegaskan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang berlangsung pada usia 13 tahun hingga 21 tahun, masa dimana individu mengalami pertumbuhan di segala bidang. Pada masa ini remaja mengalami perubahan biologis, kognitif, sosial, psikologis, dan ekonomi. Walaupun berbagai perubahan tersebut berbeda pada masing-masing individu remaja, akan tetapi berbagai perubahan tersebut akan dialami oleh setiap remaja. Pada masa remaja, individu mulai aktif dan energinya serba lengkap. Remaja memiliki banyak energi untuk melakukan banyak hal, baik hal positif maupun negatif.

Remaja dapat melakukan hal-hal positif yang bermanfaat bagi dirinya, misalnya mengikuti komunitas-komunitas sesuai dengan hobinya, mengikuti ekstrakurikuler serta ikut serta dalam kegiatan masyarakat. Dengan energi yang berlebih-lebihan itu juga dapat menyebabkan remaja bisa melakukan hal-hal negatif, misalnya suka membangkang, bertengkar, sulit diatur, memamerkan kekuatan fisik, serta sering melakukan perbuatan-perbuatan yang melanggar norma dan hukum, norma dan sulit diatur. Hal ini dapat menyebabkan remaja potensial bisa melakukan berbagai perilaku yang dapat dikategorikan

³ Nur Astuti Agustriyana, *Fully Human Being pada Remaja sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas*, (Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2017), Vol. 2 No.1, 10.

sebagai perilaku delinkuen (kenakalan remaja). Seperti ditegaskan Kartini Kartono, kenakalan remaja dapat diartikan sebagai perilaku jahat atau kenakalan anak-anak muda yang merupakan gejala sakit (patologis) secara sosial pada anak remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian sosial, sehingga mereka itu mengembangkan bentuk tingkah laku yang menyimpang.⁴

Masa remaja merupakan masa peralihan individu dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, tumbuh dan berkembang dalam proses pematangan fisik dan psikis. Batasan usia remaja biasanya 12 sampai 20 tahun, yang mendekati usia dewasa dan seseorang sedang mencari jati dirinya. Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dan kritis yang membutuhkan dukungan dan bimbingan aktif dari rumah dan sekolah. Masa remaja merupakan puncak dari tahap perkembangan sebelumnya, sehingga individu memiliki pola pribadi yang lebih stabil pada tahap selanjutnya. Remaja memiliki tugas yang unik pada tahap perkembangan ini, termasuk harapan akan perilaku sosial yang bertanggung jawab dan persiapan untuk pernikahan dan keluarga.

Banyak remaja yang salah mengartikan pergaulan bebas, seperti melakukan banyak hal yang justru melanggar norma sosial. Menciptakan norma-norma untuk mengatur kehidupan bermasyarakat agar dapat hidup dengan keteraturan. Saat ini, banyak orang yang

⁴ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*, (Jakarta: PT. Rajawali Pers, 2014), Cet. 13, 8.

melanggar aturan. Dalam masyarakat dikenal norma agama, norma moral, dan norma hukum. Beberapa remaja cenderung melanggar aturan. Salah satunya adalah remaja yang melakukan hubungan seks pranikah yang melanggar norma moral dan 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.⁵Perilaku seks pranikah adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual yang dilakukan dua orang dengan berbeda jenis kelamin di luar pernikahan yang resmi menurut hukum maupun agama dan kepercayaan masing-masing, selain itu tingkah laku ini bukan hanya sekedar berhubungan intim namun juga muncul perilaku lain seperti bergandengan tangan, berciuman, bercumbu dan lain-lainnya.

Aspek-aspek perilaku seks pranikah yaitu *Aspek Biologis*, yaitu berhubungan dengan alat reproduksi sebagai salah satu aktivitas yang mempengaruhi perilaku seksual. *Aspek Psikologis*, yaitu berhubungan dengan tugas perkembangan, pemenuhan kebutuhan pokok, mengasihi, dikasihi, dan kebahagiaan. *Aspek Moral Dan Etika*, yaitu berhubungan dengan relasi, dengan sesama menurut adat istiadat dan norma yang

⁵ Aprilia Kristina Dewi, *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Mahasiswa Universitas Negeri Semarang*, (Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia: Developmental and Clinical Psychology, 2014) Vol. 3, No. 1, 14.

berlaku di lingkungan. *Aspek Religius*, yaitu bahwa seksualitas harus ditinjau dari segi keyakinan dan kepercayaan masing-masing, dan *Aspek Sosial*, yaitu berkaitan dengan pembentukan kelompok sebagai alat salah satu bentuk hubungan yang ada di lingkungan.

Melihat kondisi demikian, peneliti tertarik untuk menelaah lebih dalam terkait seks pranikah yang dilakukan oleh remaja di Desa Gundik Ponorogo ini. Adapun Judul dari skripsi ini adalah “***Self Control Pada Remaja Pelaku Seks Pra nikah Di Desa Gundik Ponorogo***” untuk mengetahui beberapa faktor alasan remaja di Desa ini melakukan seks pra nikah.

B. Rumusan Masalah

1. Apa faktor penyebab perilaku seks pra nikah pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo?
2. Bagaimana bentuk perubahan perilaku yang terjadi karena adanya self control pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui faktor penyebab perilaku seks pranikah pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo.
2. Untuk mengetahui bentuk perubahan perilaku yang terjadi karena adanya self control pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo.

D. Kegunaan Penelitian

Dalam penelitian ini, adapun manfaat yang diharapkan peneliti dari hasil penelitian ini, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

a) Ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan bidang ilmu Psikologi. Khususnya mengenai pengaruh *self control* terhadap tingkat intensi melakukan hubungan seksual pra nikah pada remaja.

b) Referensi untuk penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah ilmu pengetahuan, memperluas wawasan, serta sebagai masukan dan referensi untuk penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

a) Remaja pelaku seks pra nikah

Memberikan gambaran nyata tentang perilaku seks pranikah di kalangan remaja, serta dapat dipakai sebagai bahan pertimbangan bagi pihak-pihak atau instansi yang terkait dalam memberi solusi atas fenomena seks pranikah di kalangan remaja.

b) Untuk para pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan kajian guna menambah wawasan dan pengetahuan serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

E. Telaah Pustaka

Dalam penulisan ini, peneliti melakukan penelusuran secara digital untuk memudahkan penulis dan memperjelas perbedaan kajian antara apa yang akan peneliti tulis dan penelitian-penelitian sebelumnya. Adapun penelitian yang peneliti temukan sebagai berikut:

Skripsi yang ditulis oleh Indah Wulandari mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta dengan judul “Hubungan Antara Pergaulan Teman Sebaya Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja” Pada tahun 2020. Dalam penelitiannya, Indah Wulandari menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional.⁶

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data, yang digunakan adalah teknik analisis regresi berganda atau regresi linear berganda dengan menggunakan bantuan dari program komputer SPSS 16.0 for windows. Dan hasil yang didapat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pergaulan teman sebaya dengan pengendalian diri dan seks pranikah. Mengintip tanpa batas antara laki-laki dan perempuan dapat mengarah pada seks pranikah,

⁶ Indah Wulandari, *Hubungan Antara Pergaulan Teman Sebaya dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja*, (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, 2020), 30.

dan itu dekat dalam kelompok yang harus diikuti, jadi jika mereka diminta untuk mencuri, mereka juga akan mematuhi ketika mereka melakukan hubungan seks pranikah. Seks mereka akan mengikutinya juga.

Skripsi yang ditulis oleh Fajri Ismail, mahasiswa Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan dengan judul “Studi Kualitatif Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja Di Kecamatan Singaran Pati Kota Bengkulu” Pada tahun 2021. Dalam penelitiannya, Fajri Ismail menggunakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif, sumber data diperoleh melalui dokumentasi dan wawancara dengan informan.⁷

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data *Indepth Interview*. Hasil yang didapat dari penelitian tersebut, bahwa sebagian besar remaja pernah melakukan hubungan seks pranikah. Adapun faktor lingkungan yang mempengaruhi terjadinya berbagai jenis seks pranikah. Ada yang mengetahui dari sosial media, teman sebaya, kerabat dekat dan lingkungan tempat mereka tinggal. Selain itu, rasa ingin tahu yang kuat bisa mendorong mereka untuk mencoba hal-hal baru yang tidak diketahui.

⁷ Fajri Ismail, *Studi Kualitatif Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Di Kecamatan Singaran Pati Kota Bengkulu*, (Skripsi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, Bengkulu, 2021)

Jurnal yang ditulis oleh Eta Liya Purwanti dan Muhari, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Penalaran Moral Pada Remaja Dengan Perilaku Seks Pranikah Di Kost “AD” Pada tahun 2013. Dalam penelitiannya, Eta Liya Purwanti dan Muhari menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasional yang dimana variabel Y adalah perilaku seks pra nikah dan variabel X adalah tingkat penalaran moral.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat penalaran moral dengan seks pranikah pada remaja di keluarga angkat “AD”. Desain penelitian yang digunakan relevan. Subyek penelitian ini adalah 30 orang remaja yang tinggal di kos “AD” yang memenuhi kriteria yang telah ditentukan. Teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis korelasi product-moment Carl Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat penalaran moral remaja dengan seks pranikah. Hal ini berarti bahwa tingkat penalaran moral remaja yang lebih tinggi berhubungan dengan tingkat seks pranikah yang lebih rendah, begitu pula sebaliknya. Semakin rendah tingkat penalaran moral remaja maka semakin tinggi seks pranikah.

Skripsi yang ditulis oleh Ratna Wahyuningsih, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang dengan judul “Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Malang” Pada tahun

2016. Dalam penelitiannya, ratna Wahyuningsih menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian deskriptif dan korelasional.⁸

Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha menjelaskan atau menerangkan suatu peristiwa berdasarkan data, sedangkan penelitian korelasional berusaha menemukan apakah ada keterkaitan antara dua atau lebih fenomena.⁹

Rancangan penelitian deskriptif untuk mendeskripsikan konsep diri dan pengendalian diri pada remaja yang melakukan seks pranikah. Penelitian korelatif digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara konsep diri dan pengendalian diri dengan seks pranikah remaja.

Konsep diri siswa kelas XI SMA Negeri 1 Malang yang melakukan hubungan seks pranikah berada pada kategori sedang artinya mampu menghargai diri sendiri dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukannya untuk kesuksesan di masa depan. Siswa SMA Negeri 1 Malang XI yang melakukan hubungan seks pranikah memiliki pengendalian diri yang sedang, artinya tidak sepenuhnya mudah untuk menerima ajakan atau menunjukkan hubungan seks pranikah, juga tidak serta merta menolak. Menurut hasil yang didapat penelitian ini, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan pengendalian diri dengan seks pranikah.

⁸ Ratna Wahyuningsih, *Hubungan Antara Konsep Diri dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Malang*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri (UIN) Malang, 2008), 59.

⁹ Arikunto, Suharsimi, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 12.

Skripsi yang ditulis oleh Kadar Kuswandi, Ismiyati, dan Darti Rumiaturun, Poltekkes Kemenkes Banten Palembang. dengan judul “Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Malang” Pada tahun 2019. Dalam penelitiannya, Kadar Kuswandi menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan *Grounded Theory*.¹⁰

Grounded Theory adalah desain penelitian kualitatif yang membentuk dan membangun teori dari data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dan bukan dari teori. Studi dilakukan jika peneliti mengamati atau berpartisipasi dalam perilaku sosial dan mencoba memahami perilaku tersebut.

Grounded Theory menggambarkan teori yang secara sistematis diturunkan dari data yang dikumpulkan dan dianalisis selama proses penelitian. Yang membedakan pendekatan penelitian *Grounded Theory* dengan metode penelitian lainnya, khususnya dalam hal pendekatan filosofis terhadap pengembangan teori, adalah adanya keterkaitan antara pengumpulan data dan analisis data. Salah satu kekuatan *Grounded Theory* adalah sintesis perspektif yang tersedia bagi para peneliti. Dengan menyelami fenomena sosial secara langsung dan

¹⁰ Kadar Kuswandi, Ismiyati, Darti Rumiaturun, *Analisis Kualitatif Perilaku Seks Bebas pada Remaja Di Kabupaten Lebak*, (Skripsi, Poltekkes Kemenkes Banten, Banten, 2019), 40.

melakukan pengamatan secara lengkap, peneliti dapat melakukan penelitian secara mendalam dan lengkap.¹¹

Hasil yang didapat dari penelitian ini adalah Remaja mengatakan seks pra nikah merupakan aktivitas yang dilakukan oleh pasangan manusia (berlawanan jenis atau sesama jenis), mulai dari berpegangan tangan, menyentuh area sensitif, berpelukan, berciuman, hingga seks pranikah. Namun, masih banyak seks pra nikah di wilayah tersebut. Salah satu dampak seks pra nikah yang sering ditemui adalah risiko kehamilan pranikah. Upaya mengatasi kebebasan perilaku seksual remaja antara lain perlunya keterlibatan orang tua atau keluarga. Selain itu, remaja perlu dilibatkan dalam suatu organisasi agar mereka aktif dan sibuk.

F. Metode Penelitian

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan pada penelitian ini menggunakan Penelitian Kualitatif yaitu merupakan penelitian yang mampu memberikan deskripsi secara detail dan analisa mengenai kualitas atau isi dari suatu pengalaman manusia. Hal ini membuat penelitian kualitatif mampu menggambarkan suatu kehidupan dari sisi yang berbeda berdasarkan sudut pandang dari setiap orang yang mengamatinya.¹²

¹¹ V. J. Wisnu Wardhono, *Penelitian Grounded Theory, Apakah Itu..?*, (Fakultas Ekonomi Universitas Katolik Parahyangan: 2011), Vol. 15 No. 1, 24.

¹² Amir B Marvasti, *Qualitative Research in Sociology*, (London: Sage Publications, 2004), 24.

Pendekatan ini menggunakan teknik observasi dan wawancara di lapangan.

2. Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini, lokasi yang dipilih untuk penelitian bertempat di Desa Gundik, Ponorogo. Peneliti memilih lokasi ini dikarenakan penulis bertempat tinggal di Desa Gundik Ponorogo.

3. Data dan Sumber Data

Untuk mengetahui dan memecahkan suatu masalah yang akan diteliti maka diperlukan data-data yang menunjang. Kemudian ketika sudah mendapatkan data yang kemudian akan diolah melalui langkah-langkah dan cara-cara yang sesuai. Data-data yang didapat akan dilakukan penyeleksian berdasarkan pada dasar-dasar kebutuhan dalam penulisan laporan ini. Kemudian data tersebut nantinya akan dikualifikasikan berdasarkan masalah yang akan dibahas. Oleh karena itu terdapat dua jenis data dalam penyusunan penelitian dan laporan ini, kedua jenis tersebut adalah :

a) Data Primer

Data primer merupakan data yang langsung diperoleh dari sumber utama dalam penelitian ini. Sumber data primer dalam penelitian ini adalah Remaja yang berada di Desa Gundik Ponorogo ini. Peneliti mengambil tiga remaja yang ada di Desa Gundik Ponorogo. Untuk memperoleh hasil dari kontrol diri yang dilakukan narasumber, faktor penyebab terjadinya seks

pra nikah dan perubahan perilaku yang dialami oleh remaja tersebut.

b) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat secara tidak langsung dari objek penelitian. Data sekunder mencakup dokumen-dokumen resmi, buku-buku, hasil-hasil penelitian yang berwujud laporan dan sebagainya.¹³ Data sekunder dalam laporan penelitian ini juga menggunakan kepustakaan dan bahan yang didapat melalui internet seperti jurnal, artikel, dan jurnal internasional.

4. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara terstruktur dengan ketiga remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil tiga subjek yang bersedia diwawancarai di Desa Gundik Ponorogo.

5. Teknik Pengolahan Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis analisis data kualitatif yang akan dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu: data reduction, data

¹³ Amiruddin dan Zainal Asikin, *Pengantar Metode Penelitian Hukum*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004), 30.

display, dan conclusion.¹⁴ menyatakan bahwa terdapat tiga macam kegiatan analisis data kualitatif, yaitu:

6. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis yang tersusun menjadi tiga tahapan, yaitu:

1) Reduksi Data

Mereduksi data berarti meringkas, memilih hal yang pokok, memfokuskan pada hal yang penting, mencari tema dan pola. Sehingga data yang telah direduksi akan memberikan gambaran jelas yang memudahkan peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencarinya bila diperlukan.

2) Model Data (*Data Display*)

Dengan menampilkan data, menjadi lebih mudah untuk memahami apa yang terjadi dan merencanakan pekerjaan selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipelajari. Menyajikan data dalam bentuk grafik, matriks, jaringan, dan bagan selain teks naratif.

3) Penarikan/Verifikasi Kesimpulan

Kesimpulan penelitian kualitatif merupakan penemuan-penemuan baru yang belum pernah ada sebelumnya. Suatu kesimpulan yang ditarik pada tahap awal dikatakan kredibel

¹⁴ Milles dan Huberman, *Analisis Data Kualitatif*, (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1992), 16.

jika didukung oleh bukti-bukti yang kuat dan sesuai dengan apa yang ditemukan penyidik saat kembali ke lapangan.¹⁵

7. Pengecekan Keabsahan Data

Untuk mengkonfirmasi keabsahan hasil, peneliti menerapkan metode triangulasi. Lebih spesifiknya lagi, peneliti menggunakan teknik triangulasi, yaitu dengan mewawancarai, dan observasi saat sesi menulis berlangsung. Jika data di tempat ditambahkan pada pernyataan orang yang diwawancarai tentang masalah yang akan dipelajari atau diamati, hasilnya menunjukkan bahwa ada perbedaan data atau informasi, sehingga validitas datanya adalah “validitas data dipertanyakan”.¹⁶

G. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini, peneliti membagi pembahasan menjadi lima bab:

BAB I: PENDAHULUAN, dalam bab ini berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, telaah pustaka dan metodologi penelitian.

BAB II: KONSEP TENTANG SELF CONTROL PADA REMAJA PELAKU SEKS PRA NIKAH, dalam bab ini peneliti membahas

¹⁵ Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makasar: CV. Syalir Media Press, 2021), 106.

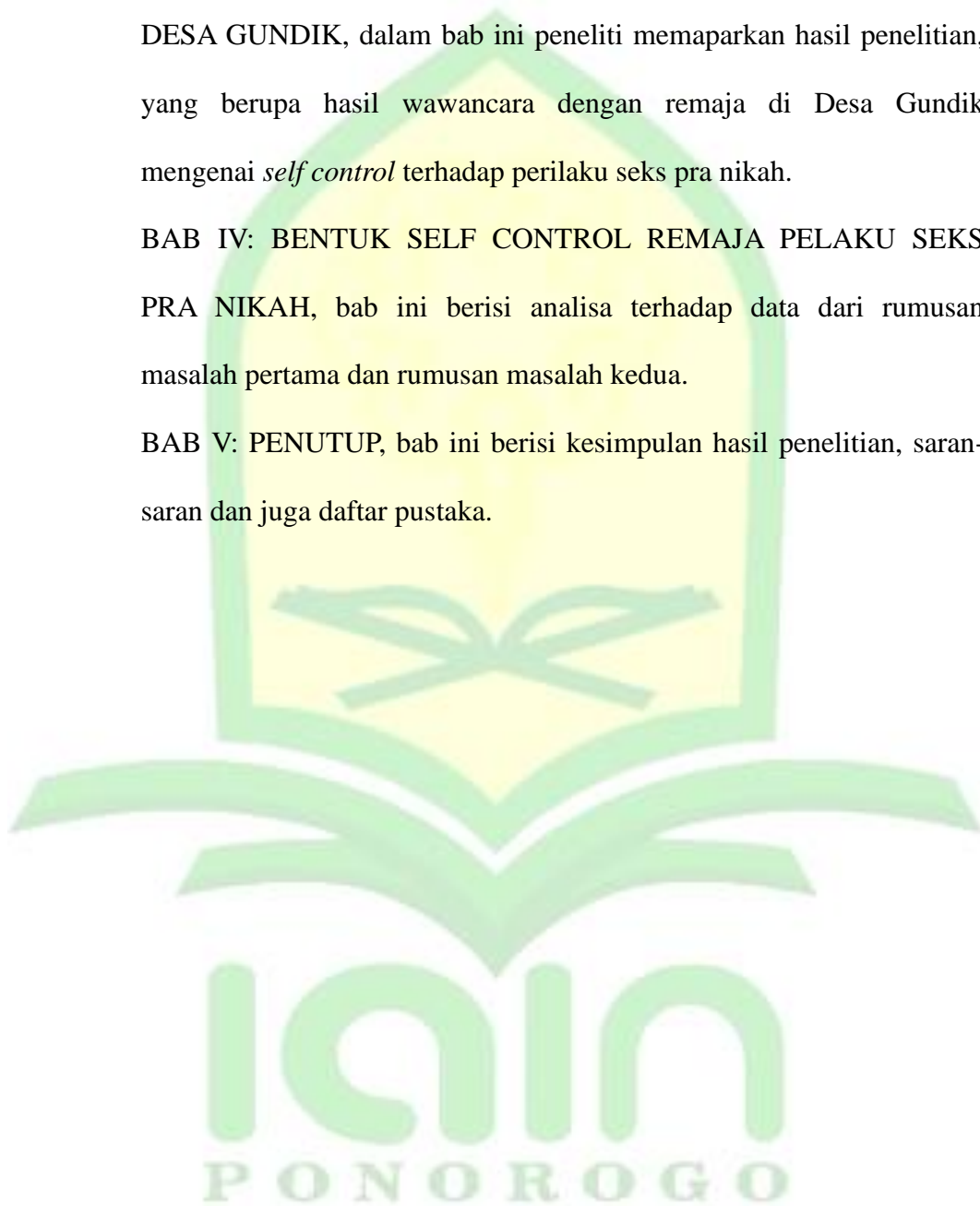
¹⁶ Anggiti & Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV. Jejak 2018), 212-218.

tentang teori-teori yang akan digunakan dalam penelitian ini, yaitu teori tentang *self control*, remaja, dan seks pra nikah.

BAB III: SELF CONTROL PADA PELAKU SEKS PRA NIKAH DI DESA GUNDIK, dalam bab ini peneliti memaparkan hasil penelitian, yang berupa hasil wawancara dengan remaja di Desa Gundik mengenai *self control* terhadap perilaku seks pra nikah.

BAB IV: BENTUK SELF CONTROL REMAJA PELAKU SEKS PRA NIKAH, bab ini berisi analisa terhadap data dari rumusan masalah pertama dan rumusan masalah kedua.

BAB V: PENUTUP, bab ini berisi kesimpulan hasil penelitian, saran-saran dan juga daftar pustaka.



BAB II

KONSEP SELF CONTROL PADA REMAJA PELAKU SEKS PRA NIKAH

A. *Self Control* dan Bentuk-Bentuknya

1. Pengertian *Self Control*

Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk meringkai, mengarahkan, mengatur, dan mengarahkan perilaku seseorang ke arah yang positif ketika berhadapan dengan kondisi lingkungan sekitar.¹⁷ Adapun perbedaan sifat individu dalam menghadapi perilaku seperti kejahatan, dan perilaku yang hanya mempertimbangkan kesenangan dan bukan konsekuensi jangka panjang juga bisa disebut pengendalian diri.¹⁸

Kontrol diri merupakan variabel psikologis sederhana karena di dalamnya tercakup tiga konsep yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.¹⁹

¹⁷ M. Nur Ghufon & Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-uzz Media, 2011), 21.

¹⁸ Travis Hirschi, Michael R. Gottfredson, *The Generality Of Deviance*, (America: The united of America, 1993), 2.

¹⁹ Averill, J. F., *Personal Control Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress*, *Psychological Buletin*, No. 80. 1973, 20

Self Control juga mempunyai arti yakni suatu kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintang impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.²⁰

Definisi lain mengartikan bahwa seseorang merasa memiliki kontrol diri ketika seseorang tersebut mampu mengenal apa yang dapat dan tidak dapat dipengaruhi melalui tindakan pribadi dalam sebuah situasi, ketika memfokuskan pada bagian yang dapat dikontrol melalui suatu tindakan ketika seseorang tersebut yakin memiliki kemampuan berperilaku yang baik.²¹

Kontrol diri juga diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain dan menutupi perasaannya.

²⁰ J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), 450.

²¹ B. Slamet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grafindo, 1994), 38.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya.²² Individu sering kali mulai mengendalikan bagian perilakunya sendiri ketika respons memiliki konsekuensi-konsekuensi yang bertentangan saat ia mengarah pada penguatan positif dan negatif.²³

Kontrol diri sangat erat kaitannya dengan pengendalian emosi karena pada hakikatnya emosi itu bersifat feed back atau timbal balik. Emosi merupakan bagian dari aspek afektif yang memiliki pengaruh besar terhadap kepribadian dan perilaku seseorang emosi bersifat fluktuatif dan dinamis, artinya perubahan emosi sangat tergantung pada kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi.²⁴

Terdapat tiga kriteria emosi yang dilakukan individu untuk mengarahkan kearah yang lebih baik, sebagai berikut:²⁵

- a. Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial.
- b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum merespon dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

²² M. Nur Gufron dan Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), 23.

²³ B. F. Skinner, *Ilmu Pengetahuan dan Perilaku Manusia, Terjemahan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 355.

²⁴ Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), 180.

²⁵ M. Nur Gufron & Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), 24.

Berdasarkan penjelasan diatas, kontrol diri dapat diartikan sebagai usaha untuk mengendalikan tingkah laku yang sesuai dengan yang diinginkan oleh dirinya sendiri maupun lingkungan yang ditempatinya dengan cara melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak.

Adapula definisi kontrol diri sebagai variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk mengubah perilaku, kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih tindakan berdasarkan keyakinannya.²⁶

Kontrol diri berarti kemampuan untuk mengontrol impuls mereka, dan perasaan bahwa mereka dapat mengendalikan kejadian atau peristiwa di sekeliling mereka.²⁷ Adapun penjelasan lain bahwa kontrol diri menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sebagaimana yang diinginkan. Kontrol diri juga merujuk ada beberapa kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu yang ingin dilakukan tanpa terhalangi baik oleh rintangan maupun kekuatan yang berasal dari dalam diri individu.²⁸

²⁶ Septi Kusumawati, et.al., *Hubungan antara Dukungan Sosial Peer Group dan Kontrol Diri dengan Kepatuhan terhadap Peraturan pada Remaja Putri*, (Jurnal: Program studi Psikologi, Univ. Sabelas Maret, 2012), 4.

²⁷ Djaali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), 30.

²⁸ Syamsul Bachtiar Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta: Prenada Kencana, 2017), 107.

Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan self control merupakan kemampuan individu yang bermanfaat untuk mencegah, mengatur, dan mengelola dorongan dalam diri agar tidak melanggar standart moral yang berlaku untuk mendapatkan standart moral yang lebih besar.

Dalam Al-Quran kontrol diri dijelaskan melalui peristiwa hijrah, salah satunya dalam Surah Al-Anfal ayat 72:

إِنَّ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَهَاجَرُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ
وَالَّذِينَ ءَاوُوا وَنَصَرُوا أُولَٰئِكَ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ ۗ وَالَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يُهَاجِرُوا
مَا لَكُمْ مِّنْ أَلِيَّتِهِمْ مِّنْ شَيْءٍ حَتَّىٰ يُهَاجِرُوا ۗ وَإِنِ اسْتَنْصَرُوكُمْ فِي الدِّينِ فَعَلَيْكُمْ
النَّصْرُ إِلَّا عَلَىٰ قَوْمٍ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَهُم مِّيثَاقٌ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

Artinya : sesungguhnya orang-orang beriman dan berhijrah serta berjihad dengan harta dan jiwanya pada jalan allah dan orang-orang yang memberikan tempat kediaman dan pertolongan (kepada orang-orang muhajirin), mereka itu satu sama lain lindung-melindungi, dan (terhadap) orang-orang yang beriman, tetapi belum berhijrah, maka tidak ada kewajiban sedikitpun atasmu melindungi mereka, sebelum mereka hijrah. (akan tetapi jika mereka meminta pertolongan kepadamu dalam (urusan pembelaan) agama, maka kamu wajib memberikan pertolongan kecuali terhadap kaum yang telah berjanji antara kamu dengan mereka. Dan Allah Maha melihat apa yang kamu kerjakan.²⁹

Q.S. Al-Anfal (8) ayat 72 menjelaskan bahwa, pada peristiwa hijrah ada tiga golongan. Pertama kaum muhajirin adalah kaum yang berjuang membela agama islam dan bersedia berkorban dengan harta dan jiwa, kedua, anshar adalah orang-orang madinah yang beriman

²⁹ Kementerian Agama RI, *Al Quran Tajwid Dan Terjemahannya Dengan Asbabun Nuzul Dan Hadits Sahih*, (Bandung : Sygma Examedia Arkanleema), 186.

kepada Allah SWT, berjanji kepada Nabi Muhammad SAW dan kaum muhajirin untuk bersama-sama berjuang di jalan Allah. Mereka bersedia menolong, dan berkorban dengan harta dan jiwanya demi keberhasilan perjuangan islam. Dan ketiga kaum muslimin yang tidak berhijrah ke madina. Kaum muhajirin dan anshar saling melindungi, hidup berdampingan dan saling tolong menolong. Dalam surah ini kaum muhajirin dan anshar telah memberikan teladan dalam mujahadah an-nafs.

Jadi mujahadah an-nafs, secara bahasa mujahadah artinya bersungguh-sungguh, sedangkan an-nafs artinya jiwa, nafsu, diri. Jadi mujahadah an-nafs artinya perjuangan sungguh-sungguh melawan hawa nafsu atau bersungguh-sungguh menghindari perbuatan yang melanggar hukum-hukum Allah SWT. Dalam bahasa Indonesia mujahadah an-nafs disebut dengan kontrol diri. Kontrol diri merupakan salah satu perilaku terpuji yang harus dimiliki setiap muslim.

Berdasarkan dari beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa yang di maksud dengan self control adalah kemampuan seseorang untuk dapat menahan keinginan dan mengendalikan tingkah lakunya sendiri serta mampu mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan dari dalam dirinya yang berhubungan dengan orang lain, lingkungan, pengalaman, dalam bentuk fisik maupun psikologis untuk memperoleh tujuan di masa depan.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat kemampuan untuk mengendalikan perilakunya dengan cara berpikir ke depan sesuai dengan norma yang sesai, sehingga mengarah pada perilaku positif dan tidak terjerumus terhadap perilaku seks pra nikah.

2. Aspek-Aspek *Self Control* (Kontrol Diri)

Terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decisional control*), antara lain:

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi komponen, yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya.

Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantars rangkaian stimulus yang sedang berangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.³⁰

³⁰ Op.Cit, 29-30.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.

Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.³¹

³¹ *Ibid*, 31.

Dari pemaparan aspek di atas, maka dapat disimpulkan terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol kepuasan. Ketiga aspek tersebut berperan dalam manifestasi perilaku yang ditimbulkan setelah adanya stimulus yang di terima.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal, sebagai berikut: ³²

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Oleh sebab itu, jika orang tua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang akan diberikan jika anak melakukan penyimpangan, maka sikap kekonsistensian inilah yang akan diinternalisasi oleh sang anak, yang mana di kemudian hari akan menjadi kontrol diri baginya.

³² M. Nur Ghufon & Rini Risnawita S, Teori-teori Psikologi, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 32

4. Kontrol Diri dalam Prespektif Islam

Al Qur'an telah menjelaskan kepada manusia bahwa manusia merupakan makhluk yang paling mulia, yang diciptakan dalam kondisi yang paling baik dan sempurna. Allah menciptakan adanya berbagai dorongan fisiologis dalam fitrah manusia, guna terealisasinya tujuan-tujuan yang dikehendaki Allah, yaitu penjagaan diri dan kelangsungan hidup bagi seluruh jenis. Oleh karenanya ditetapkan hukum-hukum dan perintah-perintah Al Qur'an dan As Sunnah yang berkenaan dengan dorongan-dorongan tersebut, yang sesuai dengan fitrah manusia.

Hukum dan aturan tersebut mengakui dan menerapkan serta menyerukan untuk dipenuhinya dorongan-dorongan tersebut dalam batas yang telah ditentukan oleh ajaran Islam. Al Qur'an dan As Sunnah menyerukan perlu dikendalikan, diarahkan dan dipenuhinya dorongandorongan tersebut dalam batas-batas yang diperkenalkan oleh syariat, tanpa berlebih-lebihan atau melanggar batasan tersebut.

Dengan demikian individu dapat menjadi pengendali dan mengarahkan dorongan-dorongan dalam dirinya dan bukannya dikuasai dan dikehendaki oleh dorongan-dorongan tersebut. Sebagaimana yang terdapat dalam ayat Al Qur'an sebagai berikut :

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ

Artinya : “Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari hawa nafsunya”.³³

Dari ayat di atas dapat diambil pelajaran bahwa seorang individu harus mampu mengontrol dirinya dari dorongan-dorongan biologis dan hawa nafsu yang dapat membawanya lupa kepada Tuhan-Nya dan merasa takut atas kebesaran-Nya, sehingga tidak terjerumus ke dalam hal-hal yang negatif dan membawa kepada kemaksiatan. Dengan berdzikir kepada Allahlah individu akan selamat dari keinginan hawa nafsu belaka.

الَّذِينَ يَنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكُظُمِينَ الْغَيْظِ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ ۗ
وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

Artinya : Yaitu orang-orang yang menafkahkan (hartanya), baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang. Allah menyukai orang-orang yang berbuat kebajikan. (Q.S. Ali Imran: 134).³⁴

Ayat ini menjelaskan bahwa individu yang mampu menahan amarahnya adalah individu yang memiliki kontrol diri yang baik sehingga dapat menahannya dan menyalurkan emosinya ke dalam emosi yang positif sehingga tidak merugikan diri sendiri maupun lingkungan disekitarnya. Dan seorang berdzikir akan muncul kesadaran dari dalam dirinya sehingga mampu mengendalikan pikiran agar sejalan dengan ajaran Islam.

³³ Rasm Usmani dan Terjemahnya (Al Qur'an Al Quddus), (Kudus: Mubarakatan Thoyyibah, 2011), 583.

³⁴ *Ibid*, 67.

Islam telah mengajarkan tentang hukum serta batasan-batasan bagi individu agar mempunyai pengendalian diri dalam berperilaku. Yang dimaksud batasan dalam hal ini adalah mengetahui batasan ilmunya, batas kekuatan akalinya, anggota badannya, harta bendanya, batas tingkat derajat kebesarannya dalam segala perkara dan kepentingannya.

B. Perubahan Perilaku dan Bentuk-Bentuknya

1. Pengertian Perubahan Perilaku

Perubahan adalah proses terjadinya peralihan atau perpindahan, yang artinya dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada, mencakup keseimbangan sosial individu maupun organisasi agar dapat menerapkan ide atau konsep terbaru dalam mencapai suatu tujuan.³⁵

Perubahan merupakan suatu kesempatan serta peluang untuk menuju kearah yang lebih baik sehingga setiap individu harus memiliki kemampuan dan dapat mengantisipasi serta menghadapi perubahan itu sendiri.³⁶

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan merupakan suatu proses terjadinya peralihan atau perpindahan sebagai peluang untuk menuju kearah yang lebih baik, mencakup keseimbangan sosial pada individu maupun organisasi.

Perilaku secara *etimologis* berasal dari kata “*peri*” dan “*laku*”. *Peri* yang berarti cara berbuat, atau tindakan perbuatan dan *laku* yang

³⁵ Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*, (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 185-186.

³⁶ Mahdalela, *Pengembangan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: Psikosain, 2017), 70.

berarti kelakuan, perbuatan, dan cara menjalankan.³⁷ Perilaku merupakan apa yang dilakukan seseorang atau yang diamati seseorang. Perilaku juga bagian dari fungsi seseorang yang terlibat dalam suatu tindakan yang merupakan respon atau reaksi terhadap stimulus.³⁸

Perilaku merupakan keseluruhan atau totalitas dari kegiatan belajar berdasarkan pengalaman sebelumnya dan dipelajari melalui proses penguatan serta pengkondisian. Perilaku merupakan totalitas dari sebuah penghayatan berupa aktivitas yang berpengaruh pada perhatian, perasaan, pengamatan, pikiran, daya ingat dan fantasi seseorang. Meskipun perilaku adalah totalitas respon, tetapi setiap respon itu tergantung pada karakteristik seseorang.³⁹

Berdasarkan beberapa pengertian perilaku di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan suatu perbuatan yang dapat diamati dengan panca indera yang dilakukan oleh seseorang berdasarkan stimulus yang ada dari dalam diri maupun luar dirinya, kemudian dimanifestasikan sebagai rangkaian tindakan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perubahan perilaku adalah proses perubahan yang dialami oleh seseorang berdasarkan apa yang telah didapatkan dan dipelajarinya melalui berbagai sumber seperti keluarga, teman, lingkungan ataupun

³⁷ Rahayu, P. P, *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021), 30.

³⁸ Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Maisyarah, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021), 80.

³⁹ Pieter, H. Z., & Lubis, N. L, *Pengantar Psikologi dalam Keperawatan*, (Jakarta: Kencana, 2017, 37.

diri sendiri. Proses perubahan pada diri seseorang ditentukan oleh kondisi dan kebutuhan dirinya.

2. Bentuk Perubahan Perilaku

Bentuk perubahan perilaku terbagi menjadi tiga yaitu sebagai berikut:⁴⁰

a. Terpaksa (*Compliance*)

Perubahan perilaku karena terpaksa cenderung tidak baik dan bersifat tidak tahan lama. Bentuk perubahan perilaku karena terpaksa juga sering terjadi pemberontakan pikiran pada individu.

b. Meniru (*Identification*)

Perubahan perilaku karena meniru merupakan cara perubahan perilaku yang banyak terjadi. Individu cenderung meniru tindakan orang lain atau bahkan meniru apa yang dilihat tanpa mencerna apa yang dilihatnya.

c. Menghayati (*Internalization*)

Manusia merupakan makhluk yang mampu berpikir tentang hidup, pandai memahami rahasia hidup, menghayati kehidupan dan mempertajam pengalaman baru. Perubahan perilaku terjadi karena penghayatan yang cenderung dari pengalaman individu tersebut atau mengadopsi dari pengalaman orang lain. Individu yang merasa bahwa perilaku tersebut pantas dan harus ada pada dirinya,

⁴⁰ Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan* (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 187-188.

maka dengan terbuka individu tersebut akan melakukan perubahan perilaku dalam dirinya.

Menurut WHO,⁴¹ perubahan perilaku itu terbagi menjadi tiga yaitu sebagai berikut:

a. Perubahan Alamiah (*Natural Change*)

Perilaku manusia dapat berubahubah. Sebagian dari perubahan perilaku manusia itu disebabkan oleh kejadian alamiah. Ketika dalam masyarakat sekitar terjadi suatu perubahan lingkungan fisik atau sosial budaya dan ekonomi, maka anggota-anggota masyarakat di dalamnya pun akan mengalami perubahan.

b. Perubahan Terencana (*Planned Change*)

Perubahan terencana terjadi karena direncanakan oleh diri individu sendiri. Contohnya, individu adalah perokok berat, suatu saat terserang batuk yang sangat mengganggu. Individu tersebut memutuskan untuk mengurangi merokoknya sedikit demi sedikit, kemudian pada akhirnya individu berhenti merokok sama sekali.

c. Kesiediaan Untuk Berubah (*Readiness To Change*)

Apabila adanya inovasi atau program-program pembangunan di dalam masyarakat, maka yang terjadi adalah sebagian orang sangat cepat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut (berubah perilakunya), dan sebagian orang lagi sangat lambat untuk menerima inovasi atau perubahan tersebut.

⁴¹ Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Maisyarah, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021), 80-81.

Hal ini terjadi karena setiap orang memiliki kesediaan untuk berubah (*readiness to change*) yang berbeda-beda. Setiap orang di dalam masyarakat memiliki kesediaan untuk berubah yang berbeda-beda meskipun kondisinya sama.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bentuk perubahan perilaku pada seseorang terdiri dari perubahan karena terpaksa, perubahan karena meniru dan perubahan karena menghayati. Bentuk perubahan perilaku juga dapat terjadi karena perubahan alami, perubahan terencana serta kesediaan untuk berubah.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perubahan Perilaku Manusia

Faktor-faktor yang mempengaruhi perubahan perilaku adalah sebagai berikut ⁴²:

a. Emosi

Emosi merupakan reaksi yang berhubungan dengan rangsangan eksternal dan keadaan fisiologis. Melalui emosi seseorang dapat memahami sesuatu atau perubahan yang disadari sehingga memungkinkan mengubah sifat atau perilakunya. Bentuk dari emosi yang berhubungan dengan perubahan perilaku adalah rasa marah, senang, sedih, cemas, benci, takut dan lain sebagainya.

b. Persepsi

Persepsi merupakan pengalaman yang dihasilkan melalui indra penglihatan, penciuman, pendengaran dan sebagainya. Melalui

⁴² Pieter, H. Z., & Lubis, N. L., *Pengantar Psikologi dalam Keperawatan*, (Jakarta: Kencana, 2017), 37-38.

persepsi, seseorang dapat mengetahui atau mengenal objek berdasarkan fungsi penginderaan. Persepsi dipengaruhi oleh kebiasaan yang dipelajari, bentuk, latar belakang.

c. Motivasi

Motivasi merupakan dorongan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Hasil dari motivasi akan diwujudkan dalam bentuk suatu perilaku, karena melalui motivasi individu terdorong untuk memenuhi kebutuhan fisiologis, psikologis serta sosial.

d. Belajar

Belajar merupakan dasar untuk memahami perilaku manusia, karena berhubungan dengan perkembangan fisik, emosi, motivasi, perilaku sosial serta kepribadian. Melalui belajar orang mampu mengubah perilaku dari perilaku sebelumnya serta menampilkan kemampuannya sesuai kebutuhannya.

e. Inteligensi

Inteligensi merupakan suatu kemampuan seseorang dalam membuat kombinasi berpikir atau menentukan kemungkinan dalam perjuangan hidup. Kemampuan seseorang tersebut membuatnya dapat menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara cepat dan efektif serta memahami berbagai interkoneksi dan belajar menggunakan konsep-konsep abstrak secara efektif.

Proses perubahan perilaku menggambarkan proses belajar pada individu yang disebabkan karena hal-hal sebagai berikut:

- a. Stimulus yang diberikan dapat diterima atau ditolak. Apabila stimulus tersebut ditolak, berarti stimulus tersebut tidak efektif tetapi apabila stimulus diterima oleh individu berarti efektif.
- b. Apabila stimulus telah mendapatkan perhatian dari individu (diterima) maka ia memahami stimulus ini dan kepada proses selanjutnya.
- c. Individu mengolah stimulus tersebut sehingga terjadi kesiapan untuk bertindak demi stimulus yang telah diterimanya.
- d. Dukungan fasilitas dan lingkungan individu membuat perubahan perilaku pada individu.

4. Tahap Perubahan Perilaku

Individu yang akan mengubah perilakunya harus melalui proses dan memerlukan waktu. Tahap dari perubahan perilakunya adalah: ⁴³

- a. Pengetahuan

Individu akan mengadopsi perilaku apabila ia mengetahui terlebih dahulu arti dan manfaat perilaku tersebut. Contohnya, ibu hamil akan memeriksakan kandungannya apabila ia mengetahui tujuan dan manfaat dari pemeriksaan kandungan tersebut.

- b. Sikap

Sikap adalah perilaku tertutup, setelah individu diberi stimulus atau objek, selanjutnya individu akan menilai atau bersikap terhadap stimulus atau objek tersebut.

⁴³ Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan* (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 188-189.

c. Praktik (tindakan)

Praktik (tindakan) dalam perilaku terjadi apabila individu telah melewati terlebih dahulu tahapan dari pengetahuan dan sikap. Setelah melewati kedua tahap sebelumnya, maka individu akan mempraktikkan atau melaksanakan apa yang diketahui dan disikapinya.

Perubahan perilaku terbagi menjadi beberapa tahap diantaranya yaitu:⁴⁴

a. Tahap *Awareness*

Tahap awareness adalah tahapan individu mengetahui atau menyadari tentang adanya ide baru.

b. Tahap *Interest*

Tahap interest adalah tahap individu menaruh perhatian pada ide baru tersebut.

c. Tahap *Trial*

Tahap trial adalah tahap saat individu mulai mencoba memakai ide baru tersebut.

d. Tahap *Adoption*

Tahap adoption adalah apabila individu tertarik maka ia akan menerima ide baru tersebut. Tahap ini bukan berarti setelah suatu inovasi diterima atau ditolak, situasi ini akan dapat berubah akibat pengaruh lingkungan.

⁴⁴ Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Maisyarah, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021), 81-82.

Berdasarkan penjelasan mengenai tahap perubahan perilaku di atas maka dapat disimpulkan bahwa tahap perubahan perilaku individu dapat dimulai dari pengetahuannya mengenai suatu hal, kemudian mulai menerima dan menyaring pengetahuannya selanjutnya akan diterapkannya menjadi suatu perubahan perilaku dalam dirinya..

C. Remaja dan Permasalahannya

1. Pengertian Remaja

Masa remaja (*adolescence*) merupakan masa yang sangat penting dalam rentang kehidupan manusia yang merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju kemasa dewasa. Istilah *adolescence* yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang sangat luas, yakni mencakup kematangan mental, sosial, emosional.

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama, termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.⁴⁵

Hal senada juga di kemukakan oleh Jhon W. Santrock, masa remaja (*adolescence*) ialah periode perkembangan transisi dari masa kanak-

⁴⁵ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003), 206.

kanak hingga masa dewasa yang mencakup perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. ⁴⁶ Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksualitas sampai saat ini mencapai kematangan seksualitasnya, individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, dan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial yang penuh, kepada keadaan yang relative lebih mandiri. ⁴⁷

Maka setelah memahami dari beberapa teori diatas yang dimaksud dengan masa remaja adalah suatu masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju kemasa dewasa, dengan ditandai individu telah mengalami perkembangan atau pertumbuhan yang sangat pesat di segala bidang, yang meliputi dari perubahan fisik yang menunjukkan kematangan organ reproduksi serta optimalnya fungsi organ lainnya.

2. Tahun-Tahun Masa Remaja

Batasan usia masa awal masa remaja berlangsung dari mulai umur 13-16 tahun atau 17 tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17-18 tahun, yaitu usia tersebut tergolong usia yang matang. ⁴⁸

⁴⁶ Jhon W. Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002), 23.

⁴⁷ Sarwono Sarlito W, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004), 9.

⁴⁸ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003), 206.

Adapun pendapat lain bahwasannya awal masa remaja dimulai pada usia 10-12 tahun, dan berakhir pada usia 21-22 tahun.⁴⁹

Secara umum menurut para tokoh-tokoh psikologi, remaja dibagi menjadi tiga fase batasan umur, yaitu:

- a. Fase remaja awal dalam rentang usia dari 12-15 tahun.
- b. Fase remaja madya dalam rentang usia 15-18 tahun.
- c. Fase remaja akhir dalam rentang usia 18-21 tahun.

Maka dengan demikian dapat diketahui dari bagian-bagian usia pada remaja yang dapat dijelaskan sebagai berikut, usia 12-15 tahun termasuk bagian remaja awal, usia 15-18 tahun bagian remaja tengah, dan remaja akhir pada usia 18-21 tahun. Dengan mengetahui bagian-bagian usia remaja kita akan lebih mudah mengetahui remaja tersebut kedalam bagiannya, apakah termasuk remaja awal atau remaja tengah dan remaja akhir.

3. Ciri-Ciri Masa Remaja

Masa remaja adalah suatu masa perubahan, pada masa ini terjadi perubahan yakni baik secara fisik, maupun psikologis, ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja ini diantaranya:

- a. Peningkatan emosional yang terjadi secara cepat pada remaja awal yang dikenal sebagai masa stress merupakan hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada masa remaja, hal ini

⁴⁹ Jhon W. Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002), 23.

merupakan tanda bahwa remaja berada dalam kondisi baru. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan pada remaja, misalnya mereka di harapkan untuk tidak lagi bertingkah seperti anak-anak atau mereka harus lebih mandiri dan tanggung jawab. Kemandirian dan tanggung jawab ini akan terbentuk seiring berjalannya waktu, dan akan nampak jelas pada remaja akhir yang dalam hal ini biasanya remaja sedang duduk di masa sekolah.⁵⁰

- b. Perubahan yang cepat secara fisik di sertai kematangan seksual terkadang membuat remaja merasa tidak yakin akan diri dan kemampuan mereka. Perubahan fisik ini terjadi secara cepat, baik perubahan internal maupun eksternal. Perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan, dan sistem pernapasan. Sedangkan perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dan proporsi tubuh yang berpengaruh terhadap konsep diri remaja.
- c. Perubahan yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Hal ini dikarenakan adanya tanggung jawab yang besar pada masa remaja yang diharapkan untuk mengarahkan ketertarikan mereka pada hal-hal yang lebih penting. Remaja tidak lagi berhubungan dengan individu dari jenis kelamin yang sama, tetapi dengan lawan jenis, dan dengan orang dewasa.

⁵⁰ Op.Cit, 207.

- d. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena sudah mendekati masa dewasa.
- e. Kebanyakan remaja bersikap menentang dalam menghadapi perubahan yang terjadi, disisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan tersebut, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab tersebut.⁵¹

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelumnya dan sesudahnya, ciri-ciri tersebut seperti:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting. Yaitu perubahan yang dialami masa remaja akan memberikan dampak pada individu yang bersangkutan dan mempengaruhi perkembangan selanjutnya.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan. Keadaan ini memberi waktu pada untuk mencoba gaya hidup yang berbeda, menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai dengan dirinya.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan. Yaitu perubahan pada emosi perubahan tubuh, minat dan pengaruh, perubahan pada nilai-nilai yang dianut, serta keinginan akan kebebasan.
- d. Masa remaja sebagai periode mencari identitas. Yang di cari masa remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa pengaruhannya dalam masyarakat.

⁵¹ *Ibid*, 208-209.

- e. Masa remaja sebagai periode usia yang menimbulkan ketakutan. Dikatakan demikian karena sulit diatur, cenderung berperilaku kurang baik. Hal ini membuat banyak orang tua menjadi takut.
- f. Masa remaja sebagai periode masa yang tidak realistis. Remaja cenderung melihat dirinya sendirian orang lain sebagaimana yang di inginkan dan bukan sebagaimana adanya terlebih dalam cita-cita.⁵²
- g. Masa remaja sebagai periode ambang dari masa dewasa. Remaja mengalami kebingungan serta kesulitan dalam meninggalkan kebiasaan sebelumnya dan memberikan kesan bahwa mereka hampir atau sudah dewasa.⁵³

Dengan demikian, yang dimaksud dengan ciri-ciri remaja menurut para tokoh diatas, maka penulis dapat menjelaskan mengenai ciri-ciri remaja dengan uraian sebagai berikut. Remaja mempunyai ciri-ciri sebagai periode yang penting untuk perkembangan selanjutnya. Remaja akan merasakan masa sebagai masa peralihan yang ditandai dengan gaya hidup yang berbeda dari masa sebelumnya. Remaja akan melewati masa perubahan yang semula belum mandiri remaja akan cenderung lebih mandiri. Remaja akan melewati masa pencarian identitas untuk menjelaskan tentang siapa dirinya.

Ciri-ciri remaja selanjutnya yakni masa ketakutan disini remaja akan sulit diatur atau lebih sering berperilaku kurang baik. Remaja

⁵² *Ibid*, 210.

⁵³ *Ibid*, 211.

akan melewati masa tidak realistic dimana orang lain dianggap tidak sebagaimana dengan yang diinginkan dan yang terakhir yakni ciri sebagai ambang masa dewasa yang ditandai remaja masih kebingungan dengan kebiasaan-kebiasaan pada masa sebelumnya. Dengan mengetahui ciri-ciri tersebut maka kita akan lebih mengetahui dari perkembangan-perkembangan remaja.

4. Perkembangan Remaja

Perkembangan (*development*) adalah pola perubahan yang dimulai sejak masa pematangan dan terus berlangsung selama masa hidup (*changes over time*). Pola perkembangan bersifat kompleks karena perkembangan melibatkan sejumlah proses yang saling berkaitan. Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang melibatkan aspek-aspek perkembangan antara lain perubahan fisik, perubahan kognitif, dan perubahan sosioemosional.

a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik ini meliputi perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensorik dan keterampilan motorik.⁵⁴ Perubahan pada tubuh/fisik ditandai dengan penambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot, kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Empat aspek dalam perkembangan fisik menurut Kuhlen dan Thompson, yaitu:

⁵⁴ Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, & R. D., *Perkembangan Manusia*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2001), 47.

- 1) Sistem Syaraf (Perkembangan kecerdasan dan emosi)
- 2) Otot-otot (Kekuatan dan kemampuan gerak motorik)
- 3) Kelenjar Endokrin (Perubahan pola tingkah laku baru)
- 4) Struktur fisik/tubuh (perubahan tinggi, berat dan proporsi)

Perkembangan fisik (motorik) meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Perkembangan motorik kasar dipengaruhi oleh proses kematangan individu yang berbeda-beda, maka laju perkembangan tiap individu juga berbeda. Perkembangan motorik halus merupakan perkembangan gerakan yang menggunakan otot kecil atau sebagian anggota tubuh tertentu. Perkembangan motorik halus dipengaruhi untuk belajar dan berlatih.

b. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. mengemukakan bahwa pada masa remaja terjadi kematangan kognitif, yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk memungkinkan remaja berpikir abstrak.⁵⁵

Tahap perkembangan kognitif yaitu tahap dimana seseorang mampu berpikir secara abstrak. Remaja sudah mampu berspekulasi mengenai sesuatu, mulai dari membayangkan hal yang diinginkan di masa depan. Perkembangan kognitif terlihat pada kemampuan

⁵⁵ Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, & R. D., *Perkembangan Manusia*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2001), 50.

berpikir yang lebih logis, remaja sudah mulai mempunyai pola pikir sebagai peneliti, dimana mereka sudah memikirkan tahap sistematis dalam merencanakan suatu tujuan di masa depan.⁵⁶

Diawali dengan kemampuan untuk berpikir abstrak, menalar secara logis, dan menarik kesimpulan dari informasi/data yang dimiliki. Dalam hal ini, tidak hanya mengenal ‘hitam-putih’, tetapi juga mengenal gradasi abu-abu di antaranya. Salah satu perkembangan kognitif anak – anak yang masih dibawa pada saat remaja adalah kecenderungan berfikir egosentrisme. Egosentrisme adalah ketidak mampuan melihat suatu hal dari sudut pandang orang lain. Bentuk-bentuk dari cara berfikir egosentrisme adalah *personal fable* dan *imaginary audience*.⁵⁷

Personal fable adalah keyakinan bahwa dirinya adalah individu yang unik dan memiliki karakter khusus yang membuatnya merasa tidak terkalahkan yang diyakini benar adanya tanpa menyadari sudut pandang orang lain dan fakta sebenarnya. Egosentrik ini mendorong perilaku merusak diri (*self-destructive*) yang berpikir bahwa diri mereka secara magis terlindung dari bahaya. Remaja biasanya menganggap hal-hal yang buruk hanya terjadi pada orang lain bukan dirinya. *Imaginary Audience* adalah perasaan individu bahwa dirinya selalu ada yang memperhatikan karena dirinya unik dan berbeda.

⁵⁶ Santrock, J.W., *Adolescence (8th ed.)*, (North America: McGraw-Hill, 2001), 70.

⁵⁷ Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, & R. D., *Perkembangan Manusia*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2001), 53.

Permasalahan yang mungkin ditimbulkan karena Perkembangan Kognitif, antara lain:

- 1) Ketidak selarasan antara bakat, minat, dan kemampuan.
- 2) Terutama pada remaja awal cenderung berpikir 'di sini dan sekarang' dalam mengambil keputusan hidup.
- 3) Sangat rentan dengan pemikiran 'sesat' tetapi dasar logika berpikirnya kuat.
- 4) Berkembangnya kognitif pada masa remaja sangat kaya idealisme, rasa ingin tahu, dan ingin diakui-dihargai. Jika potensi ini tidak terfasilitas, mungkin timbul kenakalan remaja.

c. Perkembangan Sosioemosi

Perkembangan sosioemosi meliputi kemampuan mencintai, merasa nyaman, berani, gembira, takut, marah serta bentuk emosi lainnya. Pada aspek ini, individu dipengaruhi oleh interaksi dengan orang sekitarnya termasuk interaksi orang tua dan teman sebaya. Emosi berkembang sesuai dengan impuls emosi yang diterimanya.

Hubungan sosial dengan teman sebaya memiliki arti penting bagi perkembangan pribadi individu. Individu menerima umpan balik berupa kemampuan dari kawan sebaya. Individu mengevaluasi apakah yang mereka lakukan lebih baik, sama, atau lebih buruk dengan kata lain sebagai tolak ukur untuk

membandingkan dirinya dengan orang lain dalam pembentukan rasa harga diri dan penghargaan diri anak.⁵⁸

Individu biasanya merasakan adanya kesamaan dengan teman sebayanya, mulai dari usia, kebutuhan dan tujuan tiap individu. Kelompok teman sebaya dapat mempengaruhi pertimbangan dan keputusan seorang remaja tentang perilakunya.

Adapun pengaruh emosi terhadap perilaku dan perubahan fisik individu, antara lain :

- 1) Memperkuat semangat apabila merasa senang atas suatu keberhasilan.
- 2) Melemahkan semangat apabila merasa kecewa karena suatu kegagalan.
- 3) Menghambat atau mengganggu konsentrasi belajar apabila individu dalam keadaan gugup.
- 4) Terganggu penyesuaian sosial apabila terjadi rasa cemburu dan iri hati.

Adapun juga pengelompokan emosi terhadap perilaku dan perubahan fisik individu, antara lain :

- 1) Emosi sensoris, yaitu emosi yang ditimbulkan karena pengaruh rangsangan dari luar misalnya rasa dingin, sakit, lelah, dsb.
- 2) Emosi psikis, yaitu emosi yang menyangkut kejiwaan dari diri individu sendiri.

⁵⁸ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2005), 145.

Permasalahan yang ditimbulkan karena perkembangan sosioemosi, antara lain:

- 1) Muncul perilaku anti sosial pada remaja.
- 2) Konflik dengan orang tua.
- 3) Mudah digerakan dalam perilaku destruktif dan kegiatan masa.
- 4) Seks pra nikah.⁵⁹

D. Seks Pra Nikah di Kalangan Remaja

1. Pengertian Seks Pra Nikah

Seks dalam bahasa Latin adalah *Sexus*, yang mengacu pada alat kelamin. Seks hanyalah pemahaman tentang gender, anatomi, dan fisiologi. Sedangkan seks pra nikah adalah aktivitas seksual yang dilakukan tanpa mengindahkan nilai dan norma sosial yang mengaturnya dan dilakukan oleh remaja sebelum menikah. Seksualitas dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk perilaku yang didorong oleh hasrat *heteroseksual* atau *homoseksual*.

Dalam buku *Crooks & Carla*, didefinisikan bahwa seks pra nikah sebagai persetubuhan antara seorang pria dan seorang wanita yang terjadi sebelum hubungan formal (perkawinan), atau dalam istilah asing hubungan *heteroseksual* pranikah.⁶⁰

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa seks pra nikah adalah suatu perbuatan seksual yang didorong oleh hasrat seksual antara seorang pria dan seorang wanita sebelum terjalinnya

⁵⁹ Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2005), 147.

⁶⁰ Daryanto, Tiffany, *Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009), 30.

suatu hubungan formal (perkawinan) menurut agama dan hukum, mulai dari yang paling ringan berupa aktivitas seksual hingga tahap hubungan seksual.

Secara umum, kegiatan seperti itu dilakukan oleh pasangan muda yang tenggelam dalam sebuah nafsu mereka, atau mereka hanya ingin mengekspresikan seksualitasnya dengan seseorang selain berkencan. Bentuk seks pranikah yang umum dilakukan beragam. Mulai dari bergandengan tangan, berciuman, berpelukan, bercumbu (saling menggosok kemaluan), hingga melakukan hubungan intim.⁶¹

Adapun definisi perilaku seksual pranikah adalah aktivitas seksual yang dilakukan di luar perkawinan yang sama dengan zina, perilaku ini dinilai sebagai perilaku seksual yang menjadi masalah sosial bagi masyarakat dan negara karena dilakukan di luar pernikahan yang sah dan legal. Notoatmojo mengatakan bahwa perilaku seksual pranikah adalah tindakan yang dilakukan oleh remaja berhubungan dengan dorongan seksual yang datang baik dalam diri maupun dari luar dirinya.⁶²

Perilaku seksual pranikah adalah perilaku yang didasari oleh dorongan seksual atau kegiatan mendapatkan kesenangan seksual melalui berbagai perilaku, termasuk hubungan intim (*intercourse*).⁶³ Hubungan seksual pranikah umumnya berawal dari masa pacaran.

⁶¹ Sidik Hasan & Abu Nasma, *Let's Talk about Love*, (Solo: Tiga Serangkai, 2008), 29

⁶² Najati, M.U., *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*, (Jakarta: Penerbit Mustaqiim, 2003), 38

⁶³ Setiawan, R., dkk., *Pengaruh Pacaran terhadap Perilaku Seks Pranikah*, (Jurnal Soul, 2008), 59–69

Pada masa pacaran ini hubungan intim mulai dilakukan kalangan remaja baik pelajar, mahasiswa, pemuda-pemudi tidak sekolah. Waktu pacaran tergiur melakukan cumbu rayu, peluk cium dan bila gejolak nafsu tidak terkendali berlanjut pada hubungan badan. Saat pacaran ini laki-laki (sang pacar) mulai mengarahkan rayuan gombal berhubungan seksual coba coba, mulai dari raba-raba, cium, pelukan hingga berhubungan badan. Konsekuensi yang harus ditanggung remaja putri kemudian adalah terjadinya kehamilan sebelum menikah. Perilaku seksual pranikah ini didasari oleh dorongan seksual untuk mendapatkan kesenangan organ seksual melalui berbagai perilaku, seperti berfantasi, masturbasi, berpegangan tangan, cium pipi, berpelukan, cium bibir, petting dan sampai berhubungan intim. Soetjiningsih mendefinisikan bahwa perilaku seksual pranikah adalah segala tingkah laku seksual yang didorong oleh hasrat seksual dengan lawan jenisnya yang dilakukan sebelum menikah.⁶⁴ Perilaku seksual pranikah adalah segala macam tindakan, seperti bergandengan tangan, berciuman, bercumbu sampai dengan bersenggama yang dilakukan dengan adanya dorongan hasrat seksual, yang dilakukan sebelum ada ikatan pernikahan.⁶⁵

Perilaku seksual pranikah di kalangan remaja merupakan salah satu bentuk dari konstruksi sosial (*eksternalisasi*) dan merupakan fenomena

⁶⁴ Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), 74.

⁶⁵ Azinar. M, *Perilaku Seksual Pranikah beresiko terhadap Kehamilan tidak diinginkan*, (Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2013), 76-94.

sosial yang merupakan hasil dari interaksi dan kegiatan mereka. Perilaku ini dilakukan berulang kali sehingga melembaga dalam bentuk perilaku menyimpang. Kemudian jika kita menunjuk pada proses dimana hasil-hasil kegiatan atau perilaku seksual pranikah di kalangan remaja tersebut lalu mengkonfrontasikan komunitas (pelaku) sebagai kenyataan obyektif. Sedangkan internalisasi pada konteks ini menunjuk pada proses dimana kenyataan eksternal menjadi bagian dari kesadaran subyektif remaja (bukan pelaku).

Pada titik inilah yang disebut Peter L. Berger sebagai proses internalisasi dan akhirnya memunculkan sikap terhadap kenyataan tersebut, bila sikap yang ada tidak diwujudkan dalam tindakan atau perilaku yang nyata maka sikap tersebut yang dimaksud peneliti sebagai sifat apatis. Masa ini dirasakan sebagai suatu krisis karena belum adanya pegangan sedangkan kepribadiannya bisa dikatakan labil. Karena masa remaja merupakan masa krisis maka masa remaja juga merupakan lahan subur bagi berkembangnya perilaku menyimpang, termasuk perilaku seksual pranikah. Perilaku seksual merupakan sebuah kritik sosial yang sangat mencemaskan orang tua, pendidik, ulama, tokoh masyarakat serta aparat pemerintah.

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku seksual pranikah adalah perilaku yang mengarah pada keintiman heteroseksual, yang merupakan manifestasi dari adanya dorongan seksual dalam tahap-tahap perilaku seksual yang meliputi

segala macam tindakan seksual seperti berkencan, berpegangan tangan, berciuman hingga bersenggama yang melibatkan sepasang remaja tanpa melalui proses pernikahan yang sah menurut agama dan legal menurut undang-undang.

Adapun dampak dari seks pra nikah ini yaitu kecenderungan hamil di luar nikah, aborsi, rasa bersalah, putus sekolah, kanker rahim bagi perempuan, sifilis bagi laki-laki, penyakit sipilis bagi laki laki, tertular HIV dan AIDS lainnya.

2. Bentuk-Bentuk Seks Pra Nikah

Bentuk perilaku seksual pranikah biasanya diawali dengan *necking* (berciuman sampai ke daerah dada), *petting* (saling menempelkan alat kelamin), hingga melakukan hubungan intim.⁶⁶ Ada beberapa bentuk perilaku seks pra nikah, yaitu:

- a. *Touching* (Berpegangan tangan, berpelukan).
- b. *Kissing* (Berkisar dari ciuman singkat dan cepat sampai kepada ciuman yang lama dan lebih intim).
- c. *Petting* (Menyentuh atau meraba daerah erotis dari tubuh pasangan biasanya meningkat dari meraba ringan sampai meraba alat kelamin).
- d. *Sexual Intercourse* (Hubungan kelamin atau senggama).⁶⁷

⁶⁶ Santrock, J.W. *Adolescence : Perkembangan Remaja*. Alih bahasa oleh : Shinto B.A. dan S. Saragih. (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003), 32

⁶⁷ Rezha, M., *Perilaku Seksual Pada Remaja Putri yang Berpacaran*, (Skripsi. Jakarta : Universitas Gunadarma. Fakultas psikologi, 2005), 40

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk perilaku seks pranikah mulai dari pelukan, berpegangan tangan, berciuman, meraba payudara, meraba alat kelamin, dan berhubungan badan.

3. Faktor Penyebab Remaja Melakukan Seks Pra Nikah

Ada beberapa faktor yang memengaruhi perilaku seksual pada remaja adalah sebagai berikut:

a. Faktor Perkembangan

Yang terjadi dalam diri remaja, yaitu berasal dari keluarga dimana remaja mulai tumbuh dan berkembang.

b. Faktor Luar

Mencakup kondisi sekolah/pendidikan formal yang cukup berperan terhadap perkembangan remaja dalam mencapai kedewasaannya.

c. Faktor Masyarakat

Adat kebiasaan, pergaulan dan perkembangan di segala bidang khususnya teknologi yang dicapai manusia.⁶⁸

Adapun faktor-faktor lain yang menjadi penyebab perilaku seksual yang terjadi dikalangan remaja menurut dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu:⁶⁹

⁶⁸ Hurlock, E.B., *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi Kelima, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2011), 210.

⁶⁹ Sarwono W. S., *Psikologi Remaja*, (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2005), 154

a. Perubahan-perubahan hormonal

Perubahan hormonal dapat meningkatkan hasrat seksual (libido seksual) remaja. Meningkatnya hasrat seksual ini membutuhkan penyaluran dalam bentuk tingkah laku seksual tertentu. Dalam penyaluran inilah mereka melakukan hal-hal yang semestinya tidak mereka lakukan seperti: berpegangan tangan, pelukan, berciuman, meraba payudara, meraba alat kelamin, dan bahkan sampai melakukan hubungan seks layaknya suami-istri untuk memenuhi hasrat seksual yang bergejolak didalam diri mereka.

b. Penundaan usia perkawinan

Penyaluran hasrat seksual tidak dapat segera dilakukan karena adanya penundaan usia perkawinan, baik secara hukum oleh karena adanya undang-undang tentang perkawinan yang menetapkan batas usia menikah (sedikitnya 16 tahun untuk wanita dan 19 tahun untuk pria), maupun karena norma sosial yang makin lama semakin menuntut persyaratan yang tinggi untuk perkawinan (pendidikan, pekerjaan, kesiapan mental, dan lain-lain).

c. Lemahnya kemampuan mengendalikan dorongan seksual

Sementara usia perkawinan ditunda, norma-norma agama tetap berlaku dimana seseorang dilarang untuk melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Bahkan, larangannya berkembang lebih jauh kepada tingkah laku yang lain seperti melakukan masturbasi.

Untuk remaja yang tidak dapat menahan diri akan terdapat kecenderungan untuk melanggar larangan tersebut.

d. Kurangnya informasi tentang seks

Remaja pada umumnya belum pernah mengetahui masalah seksual secara lengkap baik dari orang tua maupun gurunya di sekolah. Jarang ada sekolah yang memberikan pendidikan seksual kepada anak didiknya baik karena tidak tahu cara menginformasikannya maupun juga karena takut jika akibatnya malah membuat remaja semakin ingin tahu. Remaja yang sedang berada dalam periode keingintahuan yang tinggi justru malah mencari sendiri informasi tentang seks tersebut, yang pada akhirnya mereka mendapatkan 16 informasi yang tidak benar dan tidak terkontrol yang akibatnya informasi tersebut menggiring mereka untuk melakukan perbuatan asusila.

e. Kurangnya komunikasi antara orangtua dengan anak

Orangtua sendiri, baik karena ketidaktahuannya maupun karena sikapnya yang masih menabukan pembicaraan mengenai seks dengan anak dan tidak terbuka terhadap anak, malah cenderung membuat jarak dengan anak dalam masalah seks itu sendiri. Akibatnya anak menjadi malu dan takut untuk membicarakan dan menanyakan hal seputar seks tersebut kepada orangtuanya. Padahal pendidikan seks pada remaja merupakan hal yang penting untuk mereka peroleh. Karena dengan memberikan pengetahuan yang

benar kepada remaja seputar masalah seksualitas ini diharapkan mereka memiliki pemahaman tentang dampak yang akan ditimbulkan dari perilaku tersebut, baik dampak pada diri sendiri maupun dampak bagi orang lain.

f. Pergaulan yang semakin bebas

Kebebasan pergaulan antar jenis kelamin seperti yang terjadi pada remaja saat sekarang, sangat memberikan sumbangsih yang besar terhadap terjadinya perilaku seks pranikah. Karena semakin bebasnya mereka bergaul dengan siapa saja termasuk juga dengan lawan jenis, maka hal itu akan memberi peluang remaja untuk melakukan seks pranikah. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengawasan dan kontrol dari orangtua, termasuk juga dari masyarakat, sehingga mereka bebas bergaul dengan siapa saja dan bebas melakukan apa saja yang diinginkan.

Adapun perilaku seks pra nikah pada remaja yang dipengaruhi oleh beberapa faktor:⁷⁰

- a. Faktor dari dalam diri remaja sendiri (*Internal*) yang kurang bisa memahami sebagai pelajar/mahasiswa. Faktor dari dalam diri remaja yang dapat mempengaruhi seorang remaja melakukan seks pranikah karena didorong oleh rasa ingin tahu yang besar untuk mencoba segala hal yang belum diketahui. Hal tersebut merupakan

⁷⁰ Sugiyono, *Seks Pranikah Ancam Masa Depan Remaja*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2009), 33.

ciri-ciri remaja pada umumnya, mereka ingin mengetahui banyak hal yang hanya dapat dipuaskan serta diwujudkan melalui pengalaman mereka sendiri.

- b. Faktor eksternal, yaitu pergaulan bebas tanpa kendali orang tua yang menyebabkan remaja merasa bebas untuk melakukan apa saja yang diinginkan. Pada masa remaja, kedekatannya dengan komunitas yang diikutinya sangat tinggi karena selain ikatan komunitas menggantikan ikatan keluarga, mereka juga merupakan sumber afeksi, simpati, dan pengertian, saling berbagi pengalaman dan sebagai tempat remaja untuk mencapai otonomi dan independensi. Maka tak heran bila remaja mempunyai kecenderungan untuk mengadopsi informasi yang diterima oleh teman-temannya, tanpa memiliki dasar informasi yang signifikan dari sumber yang lebih dapat dipercaya. Informasi dari temannya tersebut, dalam hal ini sehubungan dengan perilaku seks pranikah, tak jarang menimbulkan rasa penasaran yang membentuk serangkaian pertanyaan dalam diri remaja. Untuk menjawab pertanyaan itu sekaligus membuktikan kebenaran informasi yang diterima, mereka cenderung melakukan dan mengalami perilaku seks pranikah itu sendiri.
- c. Faktor perkembangan teknologi media komunikasi yang semakin canggih yang memperbesar kemungkinan remaja mengakses apa saja termasuk hal-hal yang negatif. Remaja dewasa ini, dapat

dengan mudah mengakses situs, gambar atau juga tayangan porno lewat internet dalam hp masing-masing.

- d. Kurangnya pengetahuan remaja tentang seksual. Banyak orang tua yang membatasi pembicaraan mengenai seksualitas dengan berbagai alasan. Seksualitas dianggap masih tabu untuk dibicarakan bagi kalangan orang tua kepada anaknya.

Sehingga remaja terpacu untuk mencari informasi di tempat lain, yang bisa jadi menjerumuskan mereka. Adapun faktor yang menyebabkan remaja melakukan hubungan seksual pranikah yaitu:⁷¹

- a. Adanya Dorongan Biologis

Dorongan biologis untuk melakukan hubungan seksual merupakan insting alamiah dari berfungsinya organ sistem reproduksi dan kerja hormon. Dorongan dapat meningkat karena pengaruh dari luar, misalnya dengan membaca buku atau melihat film/majalah yang menampilkan gambar-gambar yang membangkitkan erotisme. Di era teknologi informasi yang tinggi sekarang ini, remaja sangat mudah mengakses gambar-gambar tersebut melalui telepon genggam dan akan selalu dibawa dalam setiap langkah remaja

⁷¹ Tarwoto, *Kebutuhan Dasar Manusia Dan Proses Keperawatan*, (Jakarta: Salemba Medika, 2010), 29.

b. Ketidakmampuan mengendalikan dorongan biologis

Kemampuan mengendalikan dorongan biologis dipengaruhi oleh nilai moral dan keimanan seseorang. Remaja yang memiliki keimanan kuat tidak akan melakukan seks pranikah, karena mengingat ini merupakan dosa besar yang harus dipertanggung jawabkan dihadapan Tuhan Yang Mahakuasa. Namun, keimanan ini dapat sirna tanpa bersisa bila remaja dipengaruhi oleh obat-obatan misalnya psikotropika. Obat ini akan memengaruhi pikiran remaja sehingga pelanggaran terhadap nilai-nilai agama dan moral dinikmati dengan tanpa rasa bersalah.

c. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi

Kurangnya pengetahuan atau mempunyai konsep yang salah tentang kesehatan reproduksi pada remaja dapat disebabkan karena masyarakat tempat remaja tumbuh memberikan gambaran sempit tentang kesehatan reproduksi sebagai hubungan seksual. Biasanya topik terkait reproduksi tabu dibicarakan dengan anak (remaja).

d. Adanya kesempatan melakukan hubungan seksual pranikah

Faktor kesempatan melakukan hubungan seks pranikah sangat penting untuk dipertimbangkan; karena bila tidak ada kesempatan baik ruang maupun waktu, maka hubungan seks pranikah tidak akan terjadi.

Faktor yang menyebabkan perilaku seksual pada remaja di antaranya adalah faktor pendidikan dan tingkat pengetahuan seksual, faktor sosial ekonomi, dan faktor teman sebaya.⁷²

a. Pendidikan dan Tingkat Pengetahuan Seksual

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi meliputi sistem reproduksi, fungsi sistem reproduksi, bahaya aborsi, dan penyakit menular seksual. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik tentang reproduksi dan perilaku seksual maka akan memikirkan dampak yang terjadi saat melakukan hubungan seksual pada usia muda. Sementara itu pendidikan yang rendah cenderung melakukan hubungan seksual pranikah dibanding dengan yang berpendidikan tinggi dan berprestasi.⁷³

b. Sosial Ekonomi

Tingkat perekonomian keluarga yang rendah cenderung remaja yang melakukan hubungan seksual pranikah agar pasangannya dapat memenuhi segala sesuatu yang ia butuhkan. Penghasilan orang tua sangat menentukan bagi anak dalam berpenampilan dan berperilaku. Anak perempuan khususnya yang selalu mementingkan penampilan dan kebutuhan lainnya. Mereka mencari kesempatan untuk memanfaatkan dorongan seksnya demi mendapatkan

⁷² Bachtiar, A., *Cinta Remaja Mengungkap Pola Dan Perilaku Cinta Remaja*, (Yogyakarta: Ar-Ruzzyg, 2004), 69.

⁷³ Notoatmojo, *Promosi Kesehatan, Teori dan Ilmu Perilaku*, Cetakan Ke-2, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), 38.

kesenangan. Bagi Freud dalam mengejar kesenangan seseorang akan bertindak sesuai dengan prinsip kepuasan tanpa pembatasan.⁷⁴

Hal ini tentu saja berlawanan dengan norma masyarakat, meski secara realita masyarakat dengan tingkat ekonomi yang rendah memiliki kecenderungan lebih besar untuk melakukan tindak kriminal dibandingkan masyarakat dengan ekonomi menengah ke atas. Capple pada penelitiannya mengatakan bahwa korelasi antara kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan anak dan remaja dapat dipengaruhi oleh faktor kondisi ekonomi orang tua, di samping dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal lainnya seperti keluarga, teman sebaya, dan lingkungan tempat tinggal.⁷⁵

c. Pengaruh Teman Sebaya

Pengaruh teman sebaya memang sangat kuat dalam mempengaruhi perilaku seksual pranikah, dibandingkan dengan keluarga, karena waktu bersama teman lebih banyak dari pada bersama keluarga.⁷⁶ Karena kuatnya ikatan emosi dan konformitas kelompok pada remaja, maka biasanya hal ini sering dianggap juga sebagai faktor yang menyebabkan munculnya tingkah laku remaja yang buruk.

⁷⁴ Lawrence, P., et.al., *Psikologi Kepribadian Teori Dan Praktik, Terjemahan Anwar*, Edisi Kesembilan, (Jakarta: Prenadamedia Grop, 2010), 77.

⁷⁵ Ryan, C.M, Jacob T.N. and Frank M.W., *Reconsidering the Effect of Self-Control and Delinquent Peers Implications of Measurement for Theoretical Significance*, (Journal of Research in Crime and Delinquency, 2009), 353–376.

⁷⁶ Op.Cit.

Apabila lingkungan teman sebaya mendukung untuk dilakukan seks pra nikah, serta konformitas remaja yang juga tinggi pada kelompok teman sebayanya, maka remaja tersebut sangat berpeluang untuk melakukan seks pra nikah.⁷⁷ Hal ini bukan saja mempengaruhi remaja dalam berhubungan dengan keluarganya, tetapi juga mempengaruhi kehidupan sosial, sekolah dan harapan masa depan. Salah satu fungsi teman sebaya adalah sebagai sumber kognitif untuk memperoleh pengetahuan, nilai baiknya atau buruknya tergantung pada kelompok teman sebayanya.⁷⁸

Pada masa remaja, kedekatan dengan kelompok teman sebaya sangat tinggi karena selain ikatan kelompok (grop) menggantikan ikatan keluarga, juga merupakan sumber afeksi, simpati dan pengertian, saling berbagi pengalaman dan sebagai tempat remaja untuk mencapai otonomi dan independensi.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual pranikah ditentukan oleh faktor internal dan faktor eksternal.⁷⁹

a. Faktor Individual

Faktor individual yang dapat mempengaruhi perilaku seksual pranikah antara lain:

⁷⁷ Op.Cit.

⁷⁸ Jeffrey S Nevid, *Psikologi Konsepsi Dan Aplikasi, Terjemahan M. Chozi*, (Bandung: Penerbit Nusa Media, 2017), 790.

⁷⁹ Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004), 138.

1) *Self Esteem* (harga diri).

Remaja yang harga dirinya rendah cenderung mudah untuk melakukan perilaku seksual pranikah, dan sebaliknya remaja yang memiliki harga diri yang tinggi tidak akan mudah terpengaruh untuk melakukan perilaku seksual pranikah.

Harga diri merupakan konstruk yang penting dalam kehidupan sehari-hari, yang juga berperan dalam mengontrol perilaku seksual remaja berpacaran.⁸⁰ Dampak dari perilaku seksual pranikah yang berkaitan dengan harga diri ditandai dengan perasaan ragu terhadap dirinya, tidak percaya diri, dirinya merasa bersalah, kotor, rasa takut tidak diterima serta penghinaan dari masyarakat.⁸¹

Hilangnya kegadisan bisa berakibat depresi atau kecemasan yang mendalam, karena ternyata berkaitan dengan harga diri seorang perempuan. Perasaan-perasaan negatif seperti rasa malu, rasa bersalah, rasa berdosa, kotor, takut, khawatir dan sebagainya.

2) *Self Control* (pengendalian diri).

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif.⁸²

⁸⁰ Mayasari, F. & Hadjam, N.R., *Perilaku Seksual Remaja dalam Berpacaran ditinjau dari Harga Diri berdasarkan Jenis Kelamin*, (Jurnal Psikologi, 2000), 120–27.

⁸¹ Sari, C.P., *Harga Diri pada Remaja Putri yang telah melakukan Hubungan Seks Pranikah*, (Jurnal Psikologi Universitas Gunadharma, 2008), 1–14.

⁸² Nuandri, V.T., & Widayat, I.W., *Hubungan antara Sikap terhadap Religiusitas dengan Sikap terhadap Kecenderungan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Akhir yang sedang*

Remaja yang mampu mengendalikan dirinya maka tidak cenderung melakukan perilaku seksual pranikah, sebaliknya remaja yang tak mampu mengendalikan diri maka cenderung melakukan perilaku seksual pranikah.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Kontrol diri ini diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu mengatasi berbagai hal merugikan yang dimungkinkan berasal dari luar, dan untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

3) *Religiusitas*

Faktor keberagaman sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang, sebab dalam agama sangat ditekankan adanya akhlak/budi pekerti. Religiusitas merupakan penghayatan atas nilai-nilai keagamaan serta keyakinan seseorang kepada Tuhan dan menggambarkan seberapa paham seseorang dalam meyakini Tuhan, percaya atas segala hal yang berkaitan dengan-Nya, kemudian direalisasikan dalam tindakan atau perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga jika anak mempunyai perilaku atau budi pekerti yang baik dalam arti pengendalian dirinya baik maka perilaku seksual menyimpang menjadi rendah.

berpacaran di Universitas Airlangga Surabaya, (Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial, 2014), 60–69.

Religiusitas terdiri dari lima dimensi yaitu:

- a) Dimensi Keyakinan (*The Ideological Dimension*) yang dalam agama Islam disebut dengan aqidah, sebuah tahapan yang menunjukkan tentang perilaku keyakinan manusia terhadap kebenaran ajaran agama
- b) Dimensi Peribadatan (*The Ritualistic Dimension*) yang dalam agama Islam disebut ibadah, sebuah tingkatan dimana seseorang menunaikan kewajiban-kewajiban sebagaimana yang disyariatkan dalam agama;
- c) Dimensi *Feeling* Atau Penghayatan (*The Experiential Dimension*), adalah perasaan keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan seperti merasa senang ketika doanya dikabulkan atau sebaliknya ada perasaan takut ketika berbuat dosa
- d) Dimensi Pengetahuan Agama (*The Intellectual Dimension*), adalah seberapa jauh seseorang mengetahui dan memahami ajaran-ajaran agamanya;
- e) Dimensi *Effect* Atau Pengamalan (*The Consequencial Dimension*), adalah sejauh mana implikasi ajaran agama mempengaruhi perilaku seseorang dalam kehidupan sosial, dimensi ini yang dalam agama Islam disebut akhlak.⁸³

Seseorang yang memiliki tingkat religiusitas yang rendah dan tidak menghayati pengamalan ibadahnya akan mudah tergoda oleh

⁸³ Ancok, J., *Psikologi Islami, Solusi atas Problem-Problem Psikologi*, (Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar, 2011), 77.

hal-hal atau tindakan yang menyimpang seperti melakukan hubungan seksual sebelum menikah.⁸⁴ Sebaliknya jika seseorang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi, maka akan memandang bahwa agama menjadi tujuan dalam hidupnya sehingga ia akan menginternalisasikan nilai-nilai agama ke dalam kehidupannya akibatnya ia akan memiliki batas-batas untuk tidak melakukan perilaku menyimpang termasuk melakukan hubungan seksual pranikah. Semakin tinggi religiusitas remaja maka semakin rendah hasrat terhadap perilaku seksual pranikah, dan sebaliknya jika kualitas religiusitasnya rendah maka semakin tinggi hasrat untuk melakukan perilaku seksual pranikah.

b. Faktor Keluarga

Fungsi keluarga adalah sangat penting, antara lain keluarga merupakan lingkungan pendidikan yang pertama dan utama bagi anak.

Tugas keluarga dalam mendidik anaknya tidak saja mencakup pengembangan individu agar menjadi pribadi yang mantap akan tetapi meliputi pula upaya membantunya dan mempersiapkannya menjadi anggota masyarakat yang baik, sebagaimana yang difirmankan Allah swt dalam alquran :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْأَجْرَارُ عَلَيْهَا
مَلَكَةٌ غُلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

⁸⁴ Cochran, J.K., et.al., *The Influence Of religion on Attitides Toward Non Marital Sexuality: a Preliminary Assessment of Reference GroubTheory*, (Journal for the Scientific Study of Religion, 1991), 45-62.

Artinya:“wahai orang-orang yang beriman peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu, penjaganya malaikat-malaikat yang kasar dan keras, yang tidak durhaka kepada Allah terhadap apa yang Dia perintahkan kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan” (at-Tahrim/66:6).

Dalam teori kelekatan (*Attachment Theory*) menjelaskan bahwa hubungan keekatan antara anak dengan orang tua merupakan sumber emosional dan kognitif bagi anak untuk mengeksplorasi lingkungan dan kehidupan sosialnya, dan hal ini akan mempengaruhi skema kita untuk membentuk perilaku dan mengembangkan hubungan di masa dewasa.⁸⁵ Sedangkan dalam teori kognitif social tentang “*Determinisme Resiprokal*”, ia menekankan bahwa ada dua hal penting yang sangat mempengaruhi perilaku manusia, yaitu pembelajaran sosial (*modelling*) dan regulasi diri. Lingkungan membentuk perilaku, dan perilaku membentuk lingkungan, sebuah proses dimana lingkungan dan perilaku saling mempengaruhi.⁸⁶

Keluarga memberikan pengaruh sangat besar bagi tumbuh kembang anak dan remaja. Kualitas rumah tangga atau kehidupan keluarga akan berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian remaja.⁸⁷ Secara ideal perkembangan anak remaja akan optimal apabila mereka bersama keluarga yang harmonis, sehingga berbagai kebutuhan

⁸⁵ Mercer J. dan Clayton D., *Psikologi Sosial, terjemahan Noermalasari*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012), 185.

⁸⁶ Hambali A. dan Jaenudin U., *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013), 157.

⁸⁷ Kartono K., *Patologi Sosial 2: Kenakalan Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), 59.

yang diperlukan dapat terpenuhi dan memiliki *role model* yang positif dari orang tuanya sendiri. Keluarga bukan saja bertugas mendidik anak-anak tetapi sekaligus memerankan anak, dimana anak diharapkan mampu memerankan dirinya, menyesuaikan diri, mencontoh pola dan tingkah laku dari orang tua serta dari orang-orang yang berada dekat dengan lingkungan keluarga.

Anak-anak yang hidup dan dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang harmonis, akan membentuk kepribadian anak yang lebih baik. Sebaliknya jika anak-anak dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang disharmonis (*broken*), atau orang tua yang terpisah, maka akan berdampak pada perkembangan kepribadian anak yang mengarah pada kenakalan anak. Karena itu keluarga merupakan pendidik tertua yang bersifat informal dan kodrati. Tugas keluarga adalah meletakkan dasar-dasar perkembangan anak, agar anak dapat berkembang secara baik.

Hubungan orang tua-remaja mempunyai pengaruh langsung dan tidak langsung terhadap perilaku seksual pranikah remaja, dan pengaruhnya merupakan yang paling besar diantara faktor lainnya. Semakin baik hubungan orang tua-remaja, maka akan semakin rendah perilaku seksual pranikah pada remaja, dan sebaliknya jika hubungan orang tua-remaja mengalami kesenjangan maka akan mendorong remaja semakin kuat untuk melakukan perilaku seksual pranikah. Jadi hubungan kerekatan antara orang tua dan anak sangat menentukan terhadap perilaku anak.

c. Faktor di Luar Keluarga, terdiri dari:

1) Teman Sebaya.

Adapun kondisi di mana seseorang mengadopsi sikap atau perilaku dari orang lain dalam kelompoknya karena tekanan dari kenyataan atau kesan yang diberikan oleh kelompoknya tersebut.⁸⁸ Tekanan negatif dari teman sebaya berpengaruh langsung terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja. Semakin tinggi tekanan untuk berperilaku negatif dari teman sebaya, maka semakin tinggi pula perilaku seksual pranikah pada remaja, dan sebaliknya jika pengaruh teman sebaya positif maka semakin rendah pula remaja untuk melakukan perilaku seksual pranikah. Proses mengamati dan meniru perilaku dan sikap orang lain sebagai model adalah merupakan tindakan belajar.⁸⁹

Pengaruh kelompok teman sebaya pada aktivitas seksual remaja terjadi melalui dua cara, pertama ketika kelompok teman sebaya aktif secara seksual, mereka menciptakan suatu standar normatif bahwa hubungan seksual adalah sesuatu yang dapat diterima; kedua, teman sebaya menyebabkan perilaku seksual satu sama lainnya secara langsung, baik melalui komunikasi diantara teman ataupun dengan pasangan seksualnya.⁹⁰

⁸⁸ Santrock, J.W., *Psikologi Pendidikan, terjemahan Benedictine Widyasinta, edisi kesebelas*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2008), 287.

⁸⁹ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, cetakan ke-13 (Malang: UMM Press, 2016), 44.

⁹⁰ Suwarni, L., *Monitoring Parental Dan Perilaku Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Remaja SMA Di Kota Pontianak*, (Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 2009), 127–133.

2) Media *Pornografi*

Paparan media *pornografi* sangat mempengaruhi perilaku seksual pranikah pada remaja. Semakin tinggi remaja terpapar media *pornografi*, maka semakin tinggi pula perilaku seks pranikahnya, dan sebaliknya remaja yang tidak terpapar oleh media *pornografi* maka akan semakin rendah perilaku seksual pranikahnya.

Faktor yang menyebabkan perilaku seksual pranikah pada remaja adalah:

a) Perubahan hormonal

Perubahan hormonal yang meningkatkan hasrat seksual (libido seksualitas) remaja. Peningkatan hasrat seksual ini membutuhkan penyaluran dalam bentuk tingkah laku seksual tertentu.

b) Penundaan Usia Perkawinan.

Usia merupakan salah satu faktor yang dapat menggambarkan kematangan seseorang baik fisik, psikis maupun sosial sehingga membantu seseorang dalam pengetahuannya. Semakin bertambah usia, semakin bertambah pula pengetahuan yang didapat.

Penundaan usia perkawinan disebabkan oleh karena adanya undang-undang tentang perkawinan yang menetapkan batas usia menikah (sedikitnya 16 tahun untuk wanita dan 19 tahun

untuk pria), maupun karena norma sosial yang makin lama makin menuntut persyaratan yang makin tinggi untuk perkawinan (pendidikan, pekerjaan, persiapan mental, dan lain-lain).

Penyaluran nafsu seks yang tidak dapat segera dilakukan karena adanya penundaan usia perkawinan, seringkali tanpa ada kontrol diri, disebabkan usia yang belum matang berdampak pada terjadinya pernikahan dini. Di sisi lain bagi sebagian remaja yang penyaluran nafsu seksnya tidak dapat segera dilakukan karena adanya penundaan usia perkawinan, cenderung melakukan hubungan seksual di luar nikah.

c) Norma-Norma Agama yang Berlaku

Seseorang dilarang untuk melakukan hubungan seks sebelum menikah. Bahkan, larangannya berkembang lebih jauh kepada tingkah laku yang lain seperti berciuman dan masturbasi. Untuk remaja yang tidak dapat menahan diri akan kecenderungan untuk melanggar larangan tersebut.

d) Penyebaran Informasi.

Rangsangan seksual melalui media massa, yang dengan adanya teknologi canggih (video cassette, foto copy, satelit, VCD, telepon genggam, internet, dan lain-lain) menjadi tidak terbendung lagi. Remaja yang sedang dalam periode ingin tahu dan ingin mencoba, akan meniru apa yang dilihat atau

didengarnya dari media massa, khususnya karena mereka pada umumnya belum pernah mengetahui masalah seksual secara lengkap dari orang tuanya.

e) Orang tua

Peran orang tua sangat penting dalam hal membentuk perilaku anak terutama dalam hal komunikasi dan memberikan pengetahuan kepada anak tentang seksualitas, jika tidak ada bimbingan mengenai perilaku seksual dari orang tua maka kemungkinan besar anak akan terjerumus ke dalam seks bebas.⁹¹

Kurangnya komunikasi orang tua terhadap anak akan menyebabkan anak tidak terbuka dan memendam setiap masalah yang ada pada dirinya. Baik karena ketidaktahuan orang tua maupun karena sikapnya yang masih mentabukan pembicaraan mengenai seks dengan anak sehingga tidak terbuka terhadap anak. Jika komunikasi tentang seks pada orang tua dan anak baik, maka anak akan mengerti dan tidak melakukan perilaku seksual sebelum waktunya. Seringkali orang tua justru cenderung membuat jarak terhadap anak dalam masalah seksual, disebabkan masa lalu orang tuanya dulu.

⁹¹ Zaki, A.A, *The Merriage Concept in Al Qur'an (Thematic Translation Studies) Konsep Pra-Nikah dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)*, (Jurnal Bimas Islam, 2017), 155–192.

f) Pergaulan yang semakin bebas dalam masyarakat

Seiring dengan perkembangan jaman yang tanpa batas, maka pergaulan antara laki-laki dan perempuan pun semakin bebas tanpa batas. Fenomena ini mengemuka sebagai akibat dari berkembangnya peran dan pendidikan wanita sehingga kedudukan wanita semakin sejajar dengan pria. Di samping telah terjadi pergeseran nilai dan tatanan dalam pergaulan antara laki-laki dan perempuan.

g) Kontrol Diri.

Kontrol diri merupakan pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang. Seseorang yang dapat mengontrol dirinya dengan baik maka akan memperhatikan perilakunya yang sesuai dengan norma. Usia remaja merupakan usia yang masih belum bisa mengontrol dirinya sehingga akan berdampak pada perilakunya yang tidak sesuai dengan norma seperti melakukan perilaku seksual.⁹²

Perilaku seks pra nikah dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi peningkatan libido seksual akibat perubahan hormonal (perspektif biologis), pengalaman seksual serta pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Faktor eksternal meliputi penundaan usia perkawinan pada remaja, larangan yang sifatnya tabu mengenai perilaku seksual pada remaja, meningkatnya rangsangan

⁹² Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Rajawali, 2012), 512.

seksual dari media massa, sikap orang tua yang tidak terbuka mengenai masalah seksual pada anak, pergaulan yang semakin bebas di kalangan remaja, kurangnya pengawasan dari pendidik dan orang tua pada remaja, serta dorongan dari teman sebaya untuk melakukan perilaku seksual.⁹³

Berdasarkan uraian di atas, perilaku seks pra nikah pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal yang berasal dari dalam diri individu, maupun faktor eksternal yang berasal dari luar diri individu. Faktor internal yang mempengaruhi perilaku seksual pranikah diantaranya adalah faktor perkembangan dalam diri remaja, harga diri (*self esteem*), kontrol diri (*self control*), *religiusitas*, perubahan hormonal, serta pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Selain itu, faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku seksual diantaranya adalah faktor sosial ekonomi, hubungan orang tua-remaja yang tidak terbuka, norma-norma agama yang berlaku, penundaan usia perkawinan, semakin luasnya paparan pornografi yang dapat meningkatkan rangsangan seksual, pergaulan bebas di kalangan remaja, kurangnya pengawasan dari orang tua, serta dorongan dari teman sebaya untuk melakukan perilaku seksual pranikah.

4. Dampak Perilaku Seks Pra Nikah

Perilaku seksual pranikah pada remaja dapat menimbulkan berbagai macam dampak negatif pada remaja itu sendiri. Ada beberapa

⁹³ Setiawan, R., dkk., *Pengaruh Pacaran terhadap Perilaku Seks Pranikah*, (Jurnal Soul, 2008), 59-69.

dampak negatif dari perilaku seks pra nikah, yaitu dampak fisik, dampak fisiologis, dampak psikologis, dan dampak sosial.⁹⁴

a. Dampak Fisik

Dampak fisik dari perilaku seksual pranikah pada remaja seperti timbulnya penyakit menular seksual (PMS), dan risiko terkena HIV/AIDS. Remaja yang berganti-ganti pasangan dalam melakukan hubungan seksual dan juga kurangnya pengetahuan tentang seksualitas maka akan berisiko terjadinya PMS dan HIV/AIDS.

Berkembangnya penyakit menular seksual di kalangan remaja, dengan frekuensi penderita penyakit menular seksual (PMS) tertinggi terjadi antara usia 15-24 tahun. Infeksi penyakit menular seksual dapat menyebabkan kemandulan dan rasa sakit kronis serta meningkatkan risiko terkena PMS dan HIV/AIDS.⁹⁵

Kasus HIV/AIDS sering terjadi pada laki-laki (54%) dan remaja perempuan (29%) di usia antara 15-29 tahun. Hal tersebut disebabkan karena perilaku seks bebas yang dilakukan remaja tanpa menggunakan kondom.⁹⁶

b. Dampak Fisiologis

Dampak fisiologis yang ditimbulkan pada remaja yang melakukan perilaku seksual pranikah seperti kehamilan yang tidak

⁹⁴ Op.Cit., 39.

⁹⁵ Sarwono, SW., *Teori-Teori Psikologi Sosial*, (Jakarta: CV. Rajawali, 2003), 203.

⁹⁶ Kasim, F., *Dampak Perilaku Seks Beresiko terhadap Kesehatan Reproduksi dan Upaya Penanggulangannya (Studi tentang Perilaku Seks Beresiko pada Usia Muda di Aceh)*, (Jurnal Studi Pemuda, 2014), 39-48.

diinginkan dan tindakan aborsi. Saat remaja melakukan hubungan seksual tanpa disengaja mengeluarkan cairan dan bertemu dengan sel telur maka akan berakibat pada terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan tersebut.

Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan merasa yakin bahwa dirinya mampu menangani secara efektif situasi yang ia hadapi, dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, sedangkan individu yang memiliki efikasi diri yang rendah merasa tidak berdaya, cepat sedih, dan cepat menyerah saat menghadapi tantangan serta komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin dicapai.⁹⁷ Terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan, karena rendahnya efikasi diri individu.

Sebanyak 12,1% responden melakukan perilaku seksual pranikah yang beresiko terhadap kehamilan yang tidak diinginkan.⁹⁸

c. Dampak Psikologis

Ketika seorang remaja sudah melakukan perilaku seksual maka mereka akan merasa cemas, takut, merasa bersalah, dan berdosa. Adapun perasaan bersalah (*guilty feeling*) setelah melakukan hubungan seksual bisa saja terjadi apabila ego menentang normanorma moral superego, sementara superego merupakan cita-

⁹⁷ Hambali A. dan Jaenudin U., *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013), 156.

⁹⁸ Azinar. M, *Perilaku Seksual Pranikah beresiko terhadap Kehamilan tidak diinginkan*, (Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2013), 76-94.

cita dan nilai-nilai moral. Ketika ego merespon rangsangan id yang melanggar superego, maka perasaan bersalah pasti terjadi, sebab perasaan bersalah adalah fungsi suara hati atas tingkah laku yang tidak tepat. Rasa bersalah ini sering juga disebut sebagai “*a self administered punishment*” yang merupakan proses pemberian hukuman terhadap diri sendiri akibat akibat dari adanya kesadaran terhadap nilai atau moral tertentu. Adapun kecemasan neurotik, rasa takut yang jika insting keluar dari jalur yang menyebabkan seseorang dapat dihukum karena tidak kuat menahan hasratnya. Dan berakibat pada kecemasan moral, rasa bersalah apabila berbuat sesuatu yang bertentangan dengan norma moral.⁹⁹

Dampak psikologis yang ditimbulkan pada remaja laki-laki dan remaja perempuan berbeda-beda. Remaja perempuan yang melakukan hubungan seksual dengan pasangannya mereka akan merasa lebih takut dan cemas dibanding laki-laki karena takut akan terjadinya kehamilan.

d. Dampak Sosial

Dampak sosial dari perilaku seksual biasanya dikucilkan dari kehidupan sosial di masyarakat. Remaja perempuan yang hamil akan terjadi perubahan peran menjadi ibu dan remaja laki-laki menjadi bapak. Mereka juga tidak dapat bersekolah lagi seperti pada remaja umumnya. Kemudian mereka juga akan mendapatkan

⁹⁹ Op.Cit., 61.

tekanan dari masyarakat yang mencela dan menolak keadaan tersebut. Bahkan tidak jarang masyarakat akan memberikan label/julukan negatif kepada mereka dengan label negatif; wanita nakal atau wanita kotor. Seseorang yang diberi label negatif di masyarakat sebagai seorang devian (berperilaku menyimpang), dan diperlakukan seperti orang yang devian maka akan menjadi devian.

Deviasi bukanlah merupakan kualitas dari perilaku seseorang, namun merupakan konsekuensi dari pelaksanaan aturan yang ditetapkan atau sanksi yang dijatuhkan.¹⁰⁰ Teori penjulukan sebagai “*Moral Enterpreuner*” untuk menggambarkan orang yang menyatakan dirinya melanggar hukum sebagai kriminal/jahat. Label kriminal adalah merupakan status yang berat bagi seseorang, sebab hal ini akan mempengaruhi identitas diri bila diidentifikasi oleh masyarakat sebagai pelaku kejahatan yang sudah pasti jahat. Keadaan ini membuat orang yang dijuluki tersebut menjadi tidak nyaman. Selanjutnya ada dua hal dalam teori penjulukan, *pertama*: orang berperilaku normal atau tidak normal, menyimpang atau tidak menyimpang tergantung pada bagaimana orang lain menilainya, dan *kedua*: penilaian itu bisa berubah dari waktu ke waktu. Teori ini menyatakan bahwa bagaimana identitas diri dan perilaku dipengaruhi atau diciptakan oleh sistem sosial.

¹⁰⁰ Dadi, A., & Nuraini, A., *Teori Penjulukan*, (Jurnal Mediator, 2005), 297–306.

BAB III

SELF CONTROL PADA PELAKU SEKS PRA NIKAH DI DESA GUNDIK PONOROGO

A. Profil Desa Gundik Ponorogo

1. Sejarah Berdirinya

Babat desa erat sekali dengan babat kabupaten, dengan kerajaan / negeri. Untuk itu dalam menulis babat desa khususnya desa Gundik juga perlu mempelajari babat Ponorogo. Dasar lain agar mendekati kebenaran tentang babat desa Gundik bisa melihat peninggalan-peninggalan lama yang masih ada, ceritera-ceritera para orang terdahulu. Apalagi desa Gundik ada tertulis adanya Palang/Kepala Desa Gundik. Nama desa Gundik diambil dari nama Trah Mojopahit yaitu Pangeran Batoro Katong yang memiliki anak bernama Mbah Bawuk yaitu setelah Mbah Bawuk tapa brata dan Murco entah kemana yang sampai sekarang berupa gundukan rumah rayap besar di Desa Gundik. Dan Gundukan rumah rayap tersebut masih dijadikan Pugeran yang masih sering dileluri oleh anak keturunannya oleh para tokoh masyarakat pada Zaman itu di abadikan menjadi sebuah nama desa Gundik.

2. Struktur Organisasi

- a. Kepala Desa : Katimun, S.Pd.I
- b. Sekretaris Desa : Tri Supatminingsih, S.Pd
- c. Kepala Urusan Tata Usaha : Ahmad Syaekhoni, S.Pd.I

- d. Kepala Urusan Keuangan : Rudi Prayitno, S.Kom
- e. Kepala Urusan Perencanaan : Atok Yudianto, A.Md
- f. Kamituwo : Sukatno
- g. Kepala Seksi Pemerintahan :Ruli Prasetyo, S.Pd
- h. Unsur Staf : Oky Amat Mustaqim, S.E

3. Program Desa

a. Bidang Penyelenggaraan Pemerintahan

- 1) Penyelenggaraan musyawarah Desa
- 2) Penyelenggaraan Musrenbangdes
- 3) Penyelenggaraan perencanaan Desa (RP JM Desa & RKP Desa)
- 4) Pengelolaan informasi Desa
- 5) Penyelenggaran kerjasama antar Desa
- 6) Pendataan Desa

b. Bidang Pelaksanaan Pembangunan

- 1) Pembangunan, pemeliharaan sarana dan prasarana kesehatan, pembangunan, pemeliharaan sarana dan prasarana Pendidikan
- 2) Pembangunan dan pemeliharaansarana dan prasarana Sanitasi Lingkungan dan Air Bersih
- 3) Pembangunan dan Pelestarian Lingkungan hidup
- 4) Penyelenggaraan Posyandu
- 5) Penyelenggaran PAUD
- 6) Penyelenggaran konvergensi Stunting

- c. Bidang Pembinaan Kemasyarakatan
- 1) Pembinaan lembaga kemasyarakatan, (RT, RW, LPMD, PKK, Karang Taruna)
 - 2) Penyelenggaran ketentraman dan ketertiban
 - 3) Pembinaan kerukunan umat beragama
 - 4) Pengadaan sarana dan prasarana olahraga, yaitu: lapangan olahraga
 - 5) Pembinaan lembaga adat
 - 6) Pembinaan kesenian dan sosial budaya masyarakat
- d. Bidang Pemberdayaan Masyarakat
- 1) Pelatihan usaha ekonomi, pertanian, perikanan dan perdagangan
 - 2) Pelatihan teknologi Tepat Guna
 - 3) Peningkatan kapasitas masyarakat tentang usaha produktif
 - 4) Peningkatan kapasitas Aparatur Desa tentang Pelaksanaan Pemerintahan Desa
 - 5) Peningkatan kapasitas BPD
 - 6) Pengembangan Usaha Ekonomi Produktif bagi Masyarakat Desa berdasark pada potensi Lingkungan
 - 7) Pengembangan BUM Desa
 - 8) Pengembangan Pariwisata Desa
- e. Bidang Penanggulangan Bencana, Keadaan Darurat dan Mendesak Desa
- 1) Penanggulangan Bencana

2) Keadaan Darurat

3) Keadaan Mendesak

4. Lokasi Penelitian

Adapun mengapa penulis memilih Desa Gundik sebagai tempat penelitian, karena desa ini merupakan Desa yang mana penulis berada di daerah tersebut Desa ini termasuk berada di salah satu desa yang berada di Kecamatan Slahung, Kabupaten Ponorogo. Masyarakatnya hampir semuanya mengerti dan menjalankan perintah agama dengan baik, tetapi masih ada remaja atau anak mereka yang seks pra nikah, sedangkan perbuatan itu dilarang dalam agama, tidak sejalan dengan al-Qur'an maupun as-Sunnah.

5. Sumber Data

Subjek dalam penelitian ini ada 3 orang warga dengan usia sekitar 18-21 tahun dengan jenis kelamin perempuan di Desa Gundik yang pernah melakukan seks pra nikah. Adapun alasan mengapa hanya mewawancarai perempuan, dikarenakan dampak dari terjadinya seks pra nikah yang dialami oleh perempuan lebih besar risikonya dibandingkan laki-laki. Pendidikan terakhir yang ditempuh ketiga subjek ini adalah SMA. Untuk nama subjek dalam penelitian ini sengaja memakai nama inisial. Penggunaan inisial ini dikarenakan atas permintaan para subjek serta untuk menjaga kerahasiaan mereka.

Subjek pertama ini memiliki tinggi badan kurang lebih 150 cm, berat badan 50 kg serta memiliki sifat yang mudah percaya terhadap

sesuatu, sedikit sombong, mudah akrab jika sudah saling mengenal dan mudah tersinggung terhadap perkataan yang kasar atau kurang sopan. Tipe subjek pertama ini tidak mengikuti *trend fashion* yang sedang ramai diminati kalangan umum. Pendidikan terakhir ayah dan ibunya adalah sama, yaitu lulusan SD. Ayahnya bekerja sebagai jual beli yang berpenghasilan Rp. 1.000.000-1.500.000, per bulan, sedangkan ibunya bekerja sebagai buruh tani dengan penghasilan dibawah Rp. 1.000.000. Subjek pertama ini lebih dekat dengan ibunya daripada dengan ayahnya. Orang tua dari subjek pertama ini merupakan tipe orang tua yang tidak mengekang anak, akan tetapi subjek pertama ini harus pintar membuat alasan untuk bisa main keluar agar tidak dimarahi orang tuanya. Tetapi, seiring berjalannya waktu, orang tua dari subjek pertama ini tidak seprotec dulu.

Subjek kedua ini memiliki tinggi badan kurang lebih 165 cm, berat badan 50 kg serta memiliki sifat yang mudah akrab dengan lawan jenis, *humble*, dan cepat akrab dengan orang yang baru ditemui atau dikenalnya. Tipe subjek kedua ini mengikuti *trend fashion* yang sedang ramai diminati kalangan umum. Pendidikan terakhir ayah dan ibunya adalah sama, yaitu lulusan SD. Ayahnya bekerja di luar negeri dengan penghasilan kurang lebih Rp 3.000.000 – Rp 5.000.000 perbulan dan ibunya seorang ibu rumah tangga. Subjek pertama ini lebih dekat dengan ibunya daripada dengan ayahnya karena ayahnya berada di luar

negeri dan jarang sekali pulang. Orang tua dari subjek kedua ini merupakan tipe orang tua yang tidak mengekang anak.

Subjek ketiga ini memiliki tinggi badan kurang lebih 154 cm, berat badan 51 kg serta memiliki sifat yang *humble*, tetapi tergantung dengan lawan bicaranya. Tipe subjek ketiga ini sama dengan tipe subjek kedua, yakni sedikit mengikuti *trend fashion* yang sedang ramai diminati kalangan umum dan subjek ketiga ini bukan seorang perokok. Pendidikan terakhir ayahnya adalah lulusan STM, sedangkan ibunya adalah lulusan SD. Ayahnya bekerja sebagai wiraswasta yang berpenghasilan Rp. 1.000.000-3.000.000, per bulan, sedangkan ibunya sebagai Ibu Rumah Tangga. Subjek ketiga ini lebih dekat dengan ibunya, karena ayahnya bekerja di luar kota dan pulang kerumah hanya 3-4 bulan sekali. Orang tuanya merupakan orang tua yang terkadang mengekang anaknya, terkadang tidak. Tergantung subjek ketiga ini berpergian dengan siapa.

B. Faktor Penyebab Perilaku Seks Pra Nikah pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah

Adapun penulis memilih Desa Gundik sebagai tempat penelitian, karena desa ini merupakan Desa yang mana penulis berada di daerah tersebut Desa ini termasuk berada di salah satu desa yang berada di Kecamatan Slahung, Kabupaten Ponorogo. Masyarakatnya mengerti dan menjalankan perintah agama dengan baik, tetapi masih ada remaja atau

anak mereka yang seks pra nikah, sedangkan perbuatan itu dilarang dalam agama, tidak sejalan dengan al-Qur'an maupun as-Sunnah.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan yang peneliti lakukan kepada tiga subjek, adapun diperoleh data sebagai berikut:

Diketahui bahwa subjek pertama mengetahui seks pra nikah ini untuk pertama kali dari mantan pacarnya saat berada di SMA (Sekolah Menengah Atas). Menurut keterangan subjek pertama, pacarnya yang memperkenalkan dirinya pada hubungan seks pra nikah. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

"Saya pertama kali berpacaran sejak kelas 1 SMP mbak. Waktu pertama kali pacaran, saya belum mengenal seks pra nikah, Nah, saya baru mengenal seks pra nikah untuk pertama kalinya waktu kenaikan kelas 2 SMA atau kisaran saat itu usia saya 17 tahun kalau tidak salah. Awal mengetahui seks pra nikah ini juga dari pacar saya saat duduk di bangku SMA."¹⁰¹

Dimana subjek pertama bisa masuk ke dalam pergaulan bebas karena adanya faktor paksaan dari mantan pacarnya. Menurut pengakuan subjek, awalnya subjek pertama tidak mau melakukan hubungan pra nikah tersebut. Namun karena adanya paksaan secara terus menerus oleh mantan pacarnya, akhirnya subjek pertama mau tidak mau melakukan hubungan seks pra nikah, berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

"Saya melakukan hubungan intim untuk pertama kalinya juga saat SMA sama pacar saya ini mbak. Saat itu saya dipaksa"¹⁰²

¹⁰¹ Lihat ranskrip wawancara kode : 01/W/24/III/2023

¹⁰² Ibid.

Faktor lainnya yang menyebabkan terjadinya perilaku seks pra nikah pada remaja menurut subjek pertama ini karena adanya paksaan dari pacarnya untuk melakukan seks pra nikah tersebut dengannya dan terdapat faktor keingintahuan yang dirasakan oleh subjek pertama ini. Dalam hal ini, berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Latar belakang saya menjadi pelaku seks pra nikah ini berawal dari rasa keingintahuan saya mbak dan paksaan dari pacar saya saat SMA untuk melakukan hal tersebut.”¹⁰³

Senada dengan subjek pertama, subjek kedua ini pun mengenal seks pra nikah dari pacarnya saat subjek kedua duduk di bangku SMP (Sekolah Menengah Pertama). Subjek kedua ini pun juga sebenarnya tidak mau melakukan hubungan seks pra nikah, tetapi karena adanya faktor paksaan dari pacarnya dulu, subjek kedua ini pun melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya saat itu dan adanya keingintahuan terhadap bagaimana seks pra nikah tersebut dan menjadikan subjek kedua ini mengenal seks pra nikah. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Seingat saya ya mbak, saya pertama kali pacaran itu waktu kelas 5 SD. Nah, waktu itu namanya masih kecil ya, saya belum mengenal seks pra nikah. Ketika sudah SMP inilah, saya mulai mengenal seks pra nikah sedikit demi sedikit. Dan waktu itu kan saya mempunyai pacar ya mbak, nah saya makin mengenal seks pra nikah juga dari pacar saya waktu SMP itu.”¹⁰⁴

Adapun subjek kedua bisa mengenal ke dalam pergaulan bebas karena adanya faktor paksaan dari mantan pacarnya. Menurut

¹⁰³ Ibid.

¹⁰⁴ Lihat ranskrip wawancara kode : 02/W/4/IV/2023

pengakuan subjek pertama, awalnya subjek pertama juga tidak mau melakukan hubungan pra nikah tersebut. Namun karena adanya paksaan secara terus menerus dari mantan pacarnya, akhirnya subjek kedua ini pun mau tidak mau melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

Saya juga melakukan hubungan intim untuk pertama kalinya dengan pacar saya ini mbak, waktu SMP.”¹⁰⁵

Faktor penyebab perilaku seks pra nikah pada remaja yang dialami oleh subjek kedua terjadi karena adanya rasa penasaran. Sama dengan yang dialami oleh subjek pertama, yakni subjek kedua juga penasaran dan ada rasa keingintahuan terhadap bagaimana seks pra nikah tersebut.

Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Latar belakang saya menjadi pelaku seks pra nikah ini berawal dari rasa keingintahuan terhadap seks pra nikah mbak dan paksaan dari pacar saya waktu SMP buat melakukan hal itu.”¹⁰⁶

Subjek ketiga ini mengenal seks pra nikah berbeda dengan subjek pertama maupun subjek kedua. Penyebab subjek ketiga mengenal seks pra nikah ini adalah dari faktor pertemanan dan lingkungan yang salah. Dari pertemanan dan lingkungan yang salah ini, subjek ketiga bahkan diperkenalkan dengan video pornografi oleh temannya sendiri sewaktu masih SMP (Sekolah Menengah pertama). Dari video pornographi yang diperkenalkan oleh subjek ketigalah yang menjadikan subjek ketiga untuk

¹⁰⁵ Ibid.

¹⁰⁶ Ibid.

mengenal bagaimana hubungan seks pra nikah itu. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Kalau tidak salah ya mbak, saya itu mulai berpacaran sejak SMP kelas 1 dan itu kan masih kecil ya mbak, jadi saya belum mengenal seks. Nah, waktu kenaikan kelas 2 SMP atau gak kisaran umur 15 tahun ya mbak, saya itu udah mengenal seks pra nikah dari teman saya yang mengirimkan video porno ke saya gitu.”¹⁰⁷

Subjek ketiga ini bisa mengenal pergaulan bebas karena memiliki lingkungan pertemanan yang kurang baik, sehingga membuat subjek ketiga ini penasaran terhadap bagaimana sekspra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Saya juga melakukan hubungan intim untuk pertama kalinya dengan pacar saya ini mbak, waktu sudah lulus dari SMA atau sekitar umur 18/19 tahun.”¹⁰⁸

Berbeda lagi dengan penyebab kedua remaja tersebut bisa mengenal seks pra nikah, faktor penyebab terjadinya seks pra nikah pada remaja yang dialami oleh subjek ketiga ini adalah saling mencoba bagaimana dengan seks pra nikah tersebut dan saling ingin melakukan seks pra nikah dengan pasangannya. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Latar belakang saya menjadi pelaku seks pra nikah ini ya coba-coba dan sama-sama mau mbak. Trus ada rasa keingintahuan gitu ya yasudah, kita melakukannya.”¹⁰⁹

Dari hasil penelitian yang dilakukan, subjek pertama, subjek kedua maupun subjek ketiga melakukan hubungan seks pra nikah ini didasari dengan rasa keingintahuan terhadap hal tersebut. Serta kurangnya

¹⁰⁷ Lihat ranskrip wawancara kode : 03/W/07/IV/2023

¹⁰⁸ Ibid.

¹⁰⁹ Ibid.

pemahaman mengenai tentang bagaimana seks pra nikah tersebut, sehingga para remaja tersebut mengenal seks pra nikah dengan cara yang kurang baik

Kengintahuan terhadap seks pra nikah membuat ketiga remaja tersebut ingin merasakan bagaimana bentuk dari seks pra nikah tersebut serta kurang adanya pemahaman terkait dampak yang terjadi yang akan diperoleh ketika seseorang sudah melakukan seks pra nikah tersebut, walaupun mereka melakukannya dengan pacarnya masing-masing dan tidak bergonta ganti pasangan.

C. Bentuk Perubahan Perilaku yang Terjadi Karena Adanya Self Control Pada Remaja Pelaku Seks Pra Nika

Peneliti akan memaparkan data terkait bentuk perubahan perilaku yang terjadi karena adanya *self control* yang dilakukan oleh ketiga narasumber, antara lain:

Kontrol perilaku yang dilakukan oleh subjek pertama ini pada saat melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya, dia melakukannya dengan sadar dan tanpa adanya terpengaruh obat-obatan apapun. Dalam hal ini berarti subjek pertama melakukan hubungan seks pra nikah secara sadar dan belum bisa melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri. Sebab walaupun dalam kondisi sadar, subjek pertama tidak akan menolak untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Saat melakukan hubungan intim, saya sadar kok mbak, dan tidak terpengaruh obat-obatan apapun.”¹¹⁰

Pada subjek pertama ini ketika melakukan hubungan seks pra nikah untuk pertama kalinya, subjek pertama ini tidak langsung menyetujui ajakan pacarnya tersebut. Namun karena adanya paksaan yang terus dilakukan oleh pacarnya akhirnya subjek pertama mau melakukan hubungan tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Sebenarnya, ketika saya diajak untuk melakukan seks pra nikah itu tidak langsung mau mbak. Nah, berhubung saya dipaksa terus ya, terus saja juga merasa sedikit jengkel, akhirnya saya mau aja melakukannya gitu.”¹¹¹

Ketika melakukan hubungan seks pertama kali, subjek pertama merasa takut dan melakukan hubungan tersebut jauh dari rumah dengan melakukan di hotel. Namun lama kelamaan subjek pertama ini pun juga melakukannya di rumah ketika keadaan sepi. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Saya melakukan pertama kalinya di hotel mbak, sebab takut tapi bukan di daerah sini. Seiring berjalannya waktu, kadang saya juga melakukannya di rumah pacar SMA saya mbak kalau keadaan rumahnya sepi gitu. Intensitas saya dalam melakukan seks pra nikah ini tidak sering kok mba, sebulan sekali baru melakukannya. Tidak ada jadwal khusus seperti seminggu berapa kali atau sebulan harus berapa kali gitu. Saya selalu menggunakan alat kontrasepsi ketika melakukan hubungan intim ini mbak, dan saya tidak pernah kebobolan seperti hamil atau terkena penyakit kelamin gitu.”¹¹²

¹¹⁰ Lihat ranskip wawancara kode : 01/W/24/III/2023

¹¹¹ Ibid.

¹¹² Ibid.

Untuk mencegah hal tersebut, subjek pertama ini pun mencoba mengontrol dirinya dengan cara sebisa mungkin menjauh dari lawan jenisnya ketika mereka tiba-tiba mereka merasakan ingin melakukan hal tersebut. Jikapun dipaksa oleh lawan jenisnya atau pacarnya, maka subjek pertama sebisa mungkin untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan cara menolak ajakan mereka dan melawannya agar tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Setelah putus dengan pacar saya dulu ya mbak, biar tidak terulang lagi kejadian yang seperti itu, waktu dipaksa sama orang lain pun saya tidak akan mau melakukannya lagi mbak. Jika dipaksa saya akan melawan sebisa saya.”¹¹³

Adapun kontrol perilaku yang dilakukan oleh subjek kedua ini juga saat melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya, dia melakukannya dengan sadar dan tanpa adanya terpengaruh obat-obatan apapun. Dalam hal ini berarti subjek kedua juga melakukan hubungan seks pra nikah secara sadar dan belum bisa melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri. Karena dalam kondisi sadar bagaimanapun, kalau subjek kedua ini menolak ajakan pacarnya, maka subjek kedua juga tidak melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Saat melakukan hubungan intim, saya sadar kok mbak, dan tidak terpengaruh obat-obatan apapun.”¹¹⁴

¹¹³ Ibid.

¹¹⁴ Lihat ranskrip wawancara kode : 02/W/4/IV/2023

Ketika melakukan hubungan seks pertama kali, subjek kedua inipun merasa takut untuk melakukan hubungan seks pra nikah, dan karena ada faktor paksaan maka subjek kedua ini pun melakukan hubungan tersebut jauh dari rumah dengan melakukan seks pra nikah tersebut di hotel. berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Saya pertama kali melakukannya di hotel mbak. Intensitas saya melakukan hubungan intim tidak sering kok mba, sebulan sekali baru melakukannya. Tidak ada jadwal khusus seperti seminggu harus berapa kali gitu. Saya juga selalu menggunakan alat kontrasepsi ketika melakukan hubungan intim ini mbak, dan saya tidak pernah kebobolan seperti hamil atau terkena penyakit lainnya.”¹¹⁵

Ketika melakukan seks pra nikah untuk pertama kalinya, sama seperti subjek pertama, subjek kedua ini pun juga sempat ada penolakan untuk tidak melakukannya, tetapi dikarenakan ada faktor paksaan yang menjadikan subjek kedua ini melakukan hubungan sekspra nikah dengan pacarnya. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Ketika saya diajak untuk melakukannya ya mbak, sebenarnya juga saya tidak mau. Tapi ya bagaimana, saya dipaksa terus yaudah saya mau. Disisi lain juga saya ingin merasakan gitu loh mba, kaya pengen tau rasanya kaya gimana gitu.”¹¹⁶

Dari hasil penelitian yang peneliti lakukan. Subjek kedua ini pun juga masih belum bisa melakukan kontrol diri sehingga subjek kedua masih

¹¹⁵ Ibid.

¹¹⁶ Ibid.

terus melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya. Dengan begitu pada subjek kedua tidak terjadi perubahan perilaku yang lebih baik.

Adapun juga kontrol perilaku yang dilakukan oleh subjek ketiga ini juga saat melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya, dia melakukannya dengan sadar dan tanpa adanya terpengaruh obat-obatan apapun pada dirinya. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Saat melakukan hubungan intim, saya sadar kok mbak, dan tidak terpengaruh obat obatan apapun.”¹¹⁷

Subjek ketiga ini melakukan hubungan seks pra nikah pertama kali di hotel yang jauh dari tempat tinggal mereka berdua. Subjek ketiga ini hanya melakukan hubungan intim dengan pacarnya saja dan tidak melakukan dengan rutin. Intensitas dalam melakukan hubungan intim pada subjek ketiga ini tidak bisa diperkirakan karena subjek ketiga ini dengan pacarnya menjalin hubungan jarak jauh (LDR). Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Saya pertama kali melakukannya di hotel atau ga di penginapan gitu mbak, saya juga lupa. Terus, saya juga tidak pernah melakukannya di rumah saya atau di rumah pacar saya. Intensitas saya melakukan hubungan intim ini juga ga pasti mba soalnya saya juga sibuk dan pacar saya juga sibuk, apalagi saya dan pacar saya juga tidak tinggal sekota. Mungkin melakukan hubungan intim itu kalau sama sama senggang mbak, kaya waktu saya pulang kerumah gitu. Dan ga selalu melakukannya juga, ya intinya melihat situasi dan kondisi dulu gitu mbak. Disini, saya juga sudah mempunyai anak dan saya juga sudah menikah dengan pacar saya ini mbak.”¹¹⁸

¹¹⁷ Lihat ranskrif wawancara kode : 03/W/07/IV/2023

¹¹⁸ Lihat ranskrif wawancara kode : 03/W/07/IV/2023

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga ini jarang sekali melakukan hubungan intim dengan pacarnya dikarenakan sama-sama sibuk dan kurangnya ada waktu untuk bersama yang dikarenakan mereka menjalin hubungan jarak jauh (LDR). Ketika ada kesempatan, mungkin subjek ketiga ini akan melakukannya walaupun terbilang jarang.

Ketika subjek ketiga ini ketika pertama kali melakukan hubungan seks pra nikah, subjek ketiga ini juga tidak menolak ajakan dari pacarnya untuk melakukan seks pra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Waktu saya diajak pertama kali melakukannya, saya tidak ada penolakan mbak. Mungkin sama sama sudah tau gitu kali ya.”¹¹⁹

Dalam hal ini berarti subjek ketiga juga melakukan hubungan seks pra nikah secara sadar dan belum bisa melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri. Karena, jika ada penolakan dan kontrol diri yang dilakukan subjek ketiga agar tidak melakukan seks pra nikah dengan pasangannya, maka subjek ketiga ini bisa terbebas dari hubungan seks pra nikah.

Adapun kontrol kognitif yang dilakukan oleh subjek pertama ini ketika melakukan hubungan seks pra nikah untuk pertama kalinya, subjek pertama ini tidak langsung menyetujui ajakan pacarnya tersebut. Namun karena adanya paksaan yang terus dilakukan oleh pacarnya

¹¹⁹ Ibid.

akhirnya subjek pertama mau melakukan hubungan tersebut walaupun subjek pertama menyesal telah pernah melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Sebenarnya saya juga menyesal melakukan hal tersebut, tapi ya bagaimana lagi? Yang saya bisa cuma mencegah biar tidak ada kejadian seperti ini lagi.”¹²⁰

Kontrol kognitif yang dilakukan oleh subjek kedua ini sama dengan yang dilakukan seperti subjek pertama yakni subjek kedua ini juga tidak langsung menyetujui ajakan pacarnya untuk melakukan seks pra nikah. Sempat ada pengulangan ketika melakukan hubungan sekspra nikah tersebut, seperti subjek kedua masih sempat mengulangi untuk melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya dan ada paksaan dari pacarnya yang membuat subjek kedua ini mau untuk melakukan seks pra nikah, walaupun subjek kedua ini juga menyesal sempat melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Ketika kembali putus, saya benar benar menyesal melakukannya lagi.”¹²¹

Kontrol kognitif yang dilakukan oleh subjek ketiga ini berbeda dengan subjek pertama maupun subjek kedua, adanya anak membuat subjek ketiga ini sadar bahwa hubungan seks pra nikah yang dilakukan dengan pacarnya ini adalah salah. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

¹²⁰

¹²¹ Lihat ranskrip wawancara kode : 02/W/4/IV/2023

“Dengan adanya anak membuat saya sadar bahwa untuk kedepannya harus menjad pribadi yang hati-hati.¹²²

Kontrol kognitif yang dilakukan ole subjek pertama, subjek kedua dan, subjek ketiga ini berbeda-beda. Kontrol kognitif yang dilakukan subjek pertama ini, dia langsung berhenti untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya lagi, sedangkan kontrol kognitif yang dilakukan oleh subjek kedua ini sempat ada pengulangan untuk melakukan sekspra nikah tersebut, tetapi setelah itu subjek kedua ini pun juga tidak mengulangi untuk melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berbeda halnya dengan subjek pertama dan subjek kedua, kontrol kognitif yang dilakukan ole subjek ketiga ini karena adanya anak, membuat subjek ketiga ini lebih mewaspadai tingkah laku dan memikirkan terlebih dahulu sebelum bertindak.

Sedangkan yang terakhir adalah pengabilan keputusan yang dilakukan oleh subjek pertama ini seiring berjalannya waktu, subjek pertama ini sadar dan menyesal terah melakukan hubungan sekspra nikah tersebut dengan pacarnya. Subjek pertama inipun mencoba untuk bisa mengontrol dirinya sendiri agar dapat mencegah hal-hal tersebut agar tidak terulang kembali pada dirinya untuk kedepannya. Hal ini, subjek pertama lakukan dengan cara lebih berhati-hati dalam menjalin hubungan dengan laki-laki, entah itu dengan temannya atau dengan pacarnya yang baru. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

¹²² Lihat ranskrip wawancara kode : 03/W/07/IV/2023

“Untuk mencegah agar tidak terulang kejadian seperti ini ya mbak, saya sebisa mungkin menjauhi laki laki yang ketika saya sedang mengobrol dengan dia, bahasannya mengarah ke hal yang negatif atau pronografi, sebisa mungkin saya akan menghindari laki laki tersebut dan memberitahu laki laki yang mendekati saya agar tidak bermain dengan suatu hubungan. Atau bisa dikatakan kalau saya mencari laki laki yang serius mbak dalam menjalin suatu hubungan ke jenjang yang lebih serius, soalnya saya sudah capek kalau harus mengulang kembali dengan oarang yang berbeda dan sifat sikap yang berbeda juga mbak. Kalaupun saya mempunyai pacar lagi ya mbak, trus dia mengajak untuk berhubungan intim, saya tidak akan mau lagi mbak melakukannya.”¹²³

Menurut subjek pertama, ketika seseorang yang sudah pernah melakukan hubungan seks pra nikah untuk pertama kalinya, maka mereka akan berkeinginan untuk melakukan hubungan seks pra nikah tersebut untuk selanjutnya. Bahkan hal tersebut bisa menjadi rutinitas yang dilakukan oleh seseorang yang sudah mempunyai pacar yang sama- sama paham akan hubungan seks pra nikah tersebut.

Berbeda dengan subjek pertama, subjek kedua ini juga memiliki cara tersendiri untuk mengambil keputusan agar bisa mengontrol dirinya untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah lagi. Ketika awal-awal diajak oleh pacarnya lagi subjek kedua ini pun masih sempat melakukannya dengan pacarnya lagi. Namun semenjak subjek kedua putus hubungan dengan pacarnya, subjek kedua ini pun mulai sadar mengenai perilaku yang dia lakukan ini adalah perilaku yang salah dan tidak boleh dilakukan. Adapun subjek kedua ini, dalam memilih pasangan, harus lebih waspada sebelumnya dan sebisa

¹²³ Lihat ranskrip wawancara kode : 01/W/24/III/2023

mungkin memilih terhadap laki-laki yang hanya ingin melakukan hubungan seks pra nikah saja dalam hubungan. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Saya sempat berfikir apakah laki laki yang mendekati saya hanya mencintai tubuh saya saja atau bagaimana saya juga bingung mbak. Setelah kejadian itu, seumpama saya dipaksa melakukannya dengan pacar saya lagi ya mbak, saya tidak akan mau melakukannya lagi. Agar bisa mencegah perilaku tersebut, saya menjauhi laki-laki yang hanya ingin melakukan seks pra nikah tersebut atau yang hanya bermain-main saja dalam hubungan ini mbak. Sebisa mungkin saya juga akan lebih waspada dan pemilih terhadap laki-laki yang ingin mendekati saya dan ketika sedang berkomunikasi mengarah ke hal-hal yang negatif atau mengarah ke seks pra nikah, saya akan menjauhinya.”¹²⁴

Awalnya, subjek kedua ini juga belum bisa mengontrol dirinya sendiri dalam melakukan hubungan seks pra nikah ini, sebab dia melakukan hubungan seks pra nikah ini selalu dipaksa oleh pacarnya. Lalu subjek kedua mulai bisa mengontrol dirinya untuk tidak melakukan hubungan seks lagi ketika subjek kedua benar-benar putus dari pacarnya.

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga ini juga memiliki cara tersendiri untuk mengambil keputusan agar tidak berdampak kedepannya. Subjek ketiga mulai sadar akan perilakunya yang salah dan mulai bisa untuk mengontrol dirinya ketika subjek ketiga mengalami kehamilan. Subjek ketiga merasa menyesal akan perilaku yang telah ia lakukan sebelumnya. Sehingga hal tersebut bisa menjadikan subjek ketiga ini lebih berhati-hati dalam melakukan

¹²⁴ Lihat ranskrip wawancara kode : 02/W/4/IV/2023

apapun dengan berpikir dahulu sebelum melakukan sesuatu. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek ketiga:

“Sebelum melakukan apapun juga harus memikirkan dahulu dampak terbesarnya. Dan fokus saya sekarang adalah merawat anak saya dengan hati hati mbak.”¹²⁵

Dari ketiga subjek yang sudah diteliti, mereka mempunyai cara tersendiri untuk mengambil keputusan agar tidak mengulangi perilakunya yang melakukan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya. Mereka menjadikan hal tersebut menjadi suatu pelajaran untuk kedepannya agar melakukan sesuatu hal apapun, mereka harus berhati-hati dan memikirkan dampak kedepannya dari apa yang akan dilakukan selanjutnya.

Dari self control yang dilakukan oleh ketiga remaja tersebut, terdapat beberapa bentuk perubahan perilaku yang dialami oleh subjek pertama, subjek kedua, dan subjek ketiga ini setelah melakukan perilaku seks pra nikah

Ketika dapat mengontrol dirinya untuk tidak melakukan seks pra nikah lagi, bentuk perubahan perilaku yang dilakukan oleh subjek pertama ini dengan cara sebisa mungkin menjauh dari lawan jenisnya ketika mereka tiba-tiba mereka merasakan ingin melakukan hal tersebut. Jikapun dipaksa oleh lawan jenisnya atau pacarnya, maka subjek pertama ini pun juga sebisa mungkin untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan cara menolak ajakan mereka

¹²⁵ Lihat ranskrip wawancara kode : 03/W/07/IV/2023

dan sebisa mungkin melawan agar tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Bentuk perubahan perilaku yang saya lakukan itu tidak mengulangi perilaku seks pra nikah mba. Jadi setelah putus dengan pacar saya dulu ya mbak, biar tidak terulang lagi kejadian yang seperti itu, waktu dipaksa sama orang lain pun saya tidak akan mau melakukannya lagi mbak. Jika dipaksa saya akan melawan dan menolaknya.”¹²⁶

Hampir sama dengan subjek pertama, subjek kedua ini juga dapat mengontrol dirinya dari perilaku seks pra nikah dengan mengalami perubahan perilaku agar tidak melakukan hubungan seks pra nikah lagi. Ketika awal-awal diajak oleh pacarnya lagi subjek kedua ini pun masih sempat melakukannya dengan pacarnya lagi. Namun semenjak subjek kedua putus hubungan dengan pacarnya, subjek kedua ini pun mulai sadar mengenai perilaku yang dia lakukan ini adalah perilaku yang salah dan tidak boleh dilakukan dan tidak melakukan hubungan seks pra nikah lagi. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek kedua:

“Bentuk perubahan perilaku yang saya lakukan itu awalnya masih mengulangi dan melakukan hubungan seks pra nikah, tetapi setelah putus lagi, saya pun tidak mengulangi perilaku seks pra nikah itu mba. Jadi setelah putus dengan pacar saya saat SMP, saya sempat mengulanginya lagi mbak, dalam artian saya sempat melakukan seks pra nikah lagi dengan pacar saya yang baru. Tetapi, ketika kembali putus, saya benar-benar menyesal melakukannya lagi. Dan jika ada yang mengajak saya melakukan hubungan seks pra nikah, maka saya akan menolaknya mba.”¹²⁷

¹²⁶ Lihat ranskrip wawancara kode : 01/W/24/III/2023

¹²⁷ Lihat ranskrip wawancara kode : 02/W/4/IV/2023

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga ini juga mengontrol dirinya sendiri dari perilaku seks pra nikah dengan mengalami perubahan perilaku agar tidak berdampak kedepannya. Subjek ketiga mulai sadar akan perilakunya yang salah dan sudah mulai bisa untuk mengontrol dirinya sendiri ketika subjek ketiga ini mengalami kehamilan. Subjek ketiga ini pun juga merasa menyesal akan perilaku yang telah melakukan hubungan seks pra nikah sebelumnya. Sehingga hal tersebut bisa menjadikan subjek ketiga ini lebih berhati-hati dalam melakukan apapun dengan berpikir dahulu sebelum melakukan sesuatu. Berikut keterangan yang diberikan oleh subjek pertama:

“Bentuk perubahan perilaku yang saya lakukan itu ya mba, saya tidak mengulangi hubungan seks pra nikah dan fokus untuk membesarkan anak dengan hati-hati agar tidak terjadi hal-hal yang kurang diinginkan. Sebenarnya saya juga menyesal melakukan seks pra nikah ini mbak, tapi ya bagaimana lagi? Toh juga sudah terjun, kalo mau berhenti juga susah.”¹²⁸

Dari hasil penelitian yang peneliti lakukan. Subjek pertama sudah bisa mengontrol dirinya sendiri untuk tidak mengulangi perilaku seks pra nikah yang dilakukan sebelumnya, pada subjek kedua ini belum sepenuhnya bisa mengontrol dirinya dikarenakan subjek kedua masih sempat melakukan hubungan seks pra nikah tersebut walaupun setelah melakukan seks pra nikah subjek kedua ini merasa menyesal telah mengulangi perbuatannya untuk melakukan seks pra nikah tersebut,

¹²⁸ Lihat ranskrip wawancara kode : 03/W/07/IV/2023

sedangkan pada subjek ketiga ini adalah karena adanya seorang anak membuat subjek ketiga ini merasa harus lebih mewaspadaai tingkah laku dan sebelumnya harus memikirkan dampak dari apa yang akan diperbuat untuk kedepannya.



BAB IV

PEMBAHASAN BENTUK SELF CONTROL REMAJA PELAKU SEKS PRA NIKAH

A. Faktor Penyebab Perilaku Seks Pra Nikah pada Remaja di Desa Gundik Ponorogo

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, pada dasarnya terdapat beberapa faktor penyebab perilaku seks pra nikah pada remaja di Desa Gundik Ponorogo ini yang paling utama adalah faktor keingintahuan yang dialami oleh remaja tersebut, faktor dari keluarga serta lingkungan.

Dari faktor keingintahuan ini yang bisa menyebabkan para remaja ingin mencoba bagaimana seks pra nikah tersebut, dan melakukannya dengan teman dekatnya. Faktor dari keluarga ini meliputi kurangnya perhatian antara orang tua dengan anak. Dalam artian ini, anak tidak mempunyai hubungan yang bagus atau hubungan yang dekat dengan orang tua atau bisa jadi kurangnya orang tua memberikan perhatian untuk anaknya. Dari faktor lingkungan meliputi pertemanan. Lingkungan pertemanan ini bisa meliputi lingkungan pertemanan di sekolah, di rumah, atau di suatu komunitas tertentu yang diikutinya.

Seks pranikah adalah aktivitas seksual yang dilakukan tanpa mengindahkan nilai dan norma sosial yang mengaturnya, dan menurut agama dan negara, seks pranikah dilakukan oleh remaja sebelum menikah. Pada penelitian ini peneliti menemukan 3 subjek yang pernah melakukan

hubungan pranikah. Dimana ketiga subjek melakukan hubungan selayaknya suami istri di luar hubungan pernikahan. Dalam buku *Crooks & Carla*, Daryanto mendefinisikan bahwa persetubuhan pranikah sebagai persetubuhan antara seorang pria dan seorang wanita yang terjadi sebelum hubungan formal (perkawinan), atau dalam istilah asing hubungan heteroseksual pranikah.¹²⁹ Diketahui bahwa ketiga subjek melakukan seks pra nikah pertama kali dari mantan pacarnya saat berada di SMA (Sekolah Menengah Atas).

Perilaku seks pra nikah tidak muncul dengan sendirinya. Perilaku ini muncul sebab beberapa faktor yang di alami oleh remaja. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa perilaku seks yang terjadi pada remaja di Desa Gundik Ponorogo diantaranya adalah

1. Perubahan Hormonal

Perubahan hormonal dapat meningkatkan hasrat seksual (libido seksual) remaja. Meningkatnya hasrat seksual ini membutuhkan penyaluran dalam bentuk tingkah laku seksual tertentu. Dalam penyaluran inilah mereka melakukan hal-hal yang semestinya tidak mereka lakukan seperti: berpegangan tangan, pelukan, berciuman, meraba payudara, meraba alat kelamin, dan bahkan sampai melakukan hubungan seks layaknya suami-istri untuk memenuhi hasrat seksual yang bergejolak didalam diri mereka.

¹²⁹ Daryanto, Tiffany, *Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009), 30.

Perubahan hormonal ini dapat meningkatkan hasrat seksual (libido seksualitas) yang dialami oleh remaja tersebut. Peningkatan hasrat seksual ini membutuhkan sebuah penyaluran dalam bentuk tingkah laku seksual tertentu seperti melakukan hubungan seks pra nikah dengan lawan jenis.¹³⁰

Faktor dari dalam diri remaja yang dapat mempengaruhi seorang remaja melakukan seks pra nikah tersebut karena didorong oleh rasa keingintahuan yang besar untuk mencoba segala hal yang belum pernah dirasakan atau diketahui sebelumnya. Hal tersebut yang menyebabkan subjek pertama, subjek kedua dan subjek ketiga mempunyai rasa keingintahuan terhadap bagaimana seks pra nikah tersebut dan juga pada umumnya mereka ingin mengetahui banyak hal yang hanya dapat dipuaskan serta diwujudkan melalui pengalaman yang mereka rasakan sendiri.

Karena perubahan hormonal yang dapat meningkatkan hasrat seksual (libido seksualitas), membuat subjek pertama ini ingin mengetahui bagaimana seks pra nikah tersebut dan melakukan hal tersebut dengan pacarnya walaupun awalnya subjek pertama ini dipaksa oleh pacarnya. Sama seperti subjek pertama, subjek kedua inipun juga mengalami perubahan hormonal yang dapat meningkatkan seksual (libido seksualitas), hal tersebut juga membuat subjek kedua ingin melakukan hubungan seks pra nikah dan mencoba hal tersebut

¹³⁰ Zaki, A.A, *The Merriage Concept in Al Qur'an (Thematic Translation Studies) Konsep Pra-Nikah dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)*, (Jurnal Bimas Islam, 2017), 155–192.

dengan pacarnya, walaupun awalnya subjek kedua ini juga menolak tapi subjek kedua ini pun juga melakukan hal tersebut dengan pacarnya. Sedangkan pada subjek ketiga, perubahan hormonal ini pun juga meningkatkan hasrat seksual (libido seksualitas) yang dirasakannya, dan ada sedikit perbedaan dari subjek pertama maupun subjek kedua ini. Subjek ketiga ini pun juga ingin mengetahui bagaimana hubungan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya dan subjek ketiga ini pun juga melakukan hubungan seks pra nikah tidak ada penolakan ketika akan melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya, dalam artian subjek ketiga ini langsung mau untuk melakukan hubungan seks pra nikah tersebut.

2. Faktor keluarga

Berdasarkan hasil pengamatan yang peneliti lakukan ternyata pada subjek kedua dan ketiga ini memiliki kondisi keluarga sama, yakni kurangnya figur orang tua dalam memberikan kontrol dan pengawasan pada anak mereka. Hal ini terlihat dari kurangnya figur ayah pada subjek ketiga. Ayah dari subjek ketiga berada di luar kota sehingga subjek ketiga dengan bebas melakukan pergaulan tanpa adanya kontrol diri dan pengawasan dari keluarga yang kurang ketat.

Pada kasus ini diketahui bahwa kontrol diri dan pengawasan keluarga yang menjadikan faktor terjadinya perilaku tersebut pada remaja saat ini. Pada subjek kedua dan ketiga ini diketahui bahwa sehari-hari mereka hanya tinggal dengan ibunya saja yang

menimbulkan ketidaknyamanan di dalam rumah dan ketidaknyamanan pada satu sama lain. Sehingga menyebabkan kurangnya perhatian terhadap anak mereka, ketidakpedulian antar sesama keluarga atau kontrol diri atas perilaku dari anak tersebut sehingga anak mencari kenyamanan diluar tanpa adanya pihak yang mengikat, mengekang ataupun kewajiban-kewajiban yang harus dipenuhi hanya untuk mencari sebuah kepuasan semata saja.

Dalam kondisi kesepian ini pun, para remaja merasa kurang diperhatikan oleh orang tua mereka terhadap apa yang dilakukan oleh anak. Dia akan makin menenggelamkan diri atau menutup diri dalam dunianya sendiri ataupun menutup diri dari keluarganya. Para remaja memilih untuk menjadi pribadi yang tertutup, atau menyibukkan diri dengan pergaulan diluar sana. Karena ayah dan ibu yang sama-sama bekerja atau menyibukkan diri dengan urusan masing-masing, sebab itu anak akan lepas kendali dari orang tuanya untuk mencapai kebebasan yang mereka inginkan.¹³¹

Hal ini terbukti pada kasus subjek kedua dan ketiga yang sama-sama tenggelam dalam hubungan dan melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacar mereka masing-masing. Salah satu faktor penting yang sering dilupakan terjadinya seks pra nikah ini adalah karena kurangnya hubungan baik antara anak dengan orang tua. Mereka sama-sibuk dengan urusan masing-masing dan mereka tidak sadar bahwa

¹³¹ Merry Magdalena, *Melindungi Anak Dari Seks Bebas*, (Jakarta:Grasindo, 2010), 19.

lambat laun akan menjauhkan hubungan kekeluargaan antara anak dan orang tuanya. Anak yang kurang diperhatikan orang tua dan memiliki hubungan yang renggang dengan orang tua cenderung akan terjerumus ke perilaku seks pra nikah ini.

Begitu juga dengan anak yang berasal dari keluarga yang kurang harmonis, mereka akan sama-sama mencari kebahagiaan di luar dengan caranya masing-masing. Jika hubungan antar orang tua dan anak terjaga dengan baik, akan lebih mudah bagi orang tua untuk memantau dan mencagah sang anak yang masuk ke pergaulan negatif. Jika orang tua perlu melakukan campur tangan dan menasehati sang anak, ia pun juga tidak selalu menuruti perkataan orang tuanya sendiri jika hal tersebut sudah berlangsung lama dan dilakukan secara terus menerus.¹³²

Tingkah laku individu ini telah ditentukan oleh dua variabel, yakni variabel internal dan variabel eksternal. Sekuat apapun stimulus dan penguat faktor eksternal, perilaku individu yang remaja lakukan masih bisa dirubah melalui proses kontrol diri.¹³³ Artinya meskipun kondisi eksternal sangat mempengaruhi remaja tersebut, dengan kemampuan kontrol diri individu yang dilakukan dengan baik, maka mereka dapat memilih perilaku mana yang akan dilakukannya.

¹³² Ibid, 20

¹³³ Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2009), 28.

3. Faktor Lingkungan

Jika ada suatu lingkungan yang sebagian besar orang-orangnya melakukan seks pra nikah, maka hal tersebut sedikit banyak mempengaruhi yang lainnya untuk ikut melakukan seks pra nikah juga. Karena secara sengaja atau tidak sengaja, hal tersebut sudah bisa menjadi bagian dari kehidupan seseorang. Maka akan ada kemungkinan/keinginan untuk melakukan seks pra nikah tersebut.

Apabila lingkungan remaja merupakan sebuah lingkungan yang acuh dan tidak sehat, maka remaja tersebut akan bertindak sebagaimana yang telah ia pelajari dari lingkungannya tersebut dan mereka tidak mempunyai kontrol diri yang baik dikarenakan perilaku menyimpang tersebut dianggap sebagai suatu hal yang lumrah di lingkungannya.

Sebenarnya banyak sekali faktor eksternal yang mempengaruhi terhadap kontrol diri seseorang, salah satunya adalah lingkungan keluarga, terutama orang tua dan keluarga. Hasil penelitian Nasichah¹³⁴ menunjukkan bahwa suatu pola asuh orang tua yang menerapkan perilaku disiplin serta semakin demokratis akan cenderung menghasilkan suatu kepribadian remaja yang memiliki kemampuan kontrol diri yang tinggi dan tidak mudah terjebak atau melakukan suatu hal yang salah.

¹³⁴ Ghufron, M. Nur, Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: ArRuzz Media, 2010), 32.

Faktor lingkungan lain diantaranya sering terjadinya suatu pergaulan dan pertemanan yang salah. Pada subjek pertama, pacarnya lah yang memperkenalkan subjek pertama tersebut pada hubungan seks pra nikah. Dimana subjek pertama bisa masuk ke dalam pergaulan bebas karena adanya faktor paksaan untuk melakukan seks pra nikah tersebut dari mantan pacarnya.

Menurut pengakuan subjek pertama, awalnya dia tidak mau untuk melakukan seks pra nikah tersebut. Namun karena adanya paksaan secara terus menerus oleh mantan pacarnya, akhirnya subjek pertamapun melakukan hubungan tersebut. Senada dengan subjek pertama, faktor penyebab terjadinya seks pra nikah pada subjek kedua inipun juga mengenal seks pra nikah dari pacarnya saat SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan itupun awal melakukannya secara paksaan.

Seperti dalam penelitian yang dilakukan Komang Rahani dkk, bahwa hampir 15% responden pada survei awal penelitian mereka mengaku pernah dipaksa atau dirayu oleh pacarnya untuk melakukan hubungan seks pra nikah ini.¹³⁵ Hal ini menunjukkan bahwa subjek yang sebagai wanita sering dianggap sebagai kaum lemah, tidak berdaya, ataupun perempuan juga sering memperoleh tekanan dan memiliki keterbatasan untuk melawan. Sehingga perilaku seks pra nikah tersebut bisa terjadi.

¹³⁵ Komang Yuni Rahyani dkk, *Perilaku Seks Pranikah*, (Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 2012) Vol. 7, No. 4, 180.

Faktor penyebab dari subjek ketiga ini juga berbeda dengan subjek pertama maupun subjek kedua. Penyebab dari subjek ketiga mengenal seks pra nikah ini adalah dari faktor pertemanan serta lingkungan yang salah. Dari pertemanan dan lingkungan yang salah ini, justru subjek ketiga inilah yang bahkan diperkenalkan dengan video pornografi. Dari pornografi inilah subjek ketiga mengenal hubungan seks pra nikah.

Faktor yang dapat mempengaruhi suatu perilaku seks pra nikah yaitu, seseorang yang melakukan aktivitas mendownload situs video porno, chatting atau mengirim pesan yang berbau porno, akan cenderung merasa terangsang secara seksual hingga cenderung memiliki keinginan untuk melakukan aktivitas seks pra nikah seperti berciuman, petting atau berhubungan seks pra nikah dengan lawan jenisnya atau dengan pacarnya.¹³⁶

Menurut teori belajar sosial bahwa suatu perilaku dapat dipelajari dengan melihat dan meniru perilaku tertentu.¹³⁷ Seseorang yang sering melihat adegan porno melalui situs-situs porno di internet, secara tidak sadar mereka akan termotivasi diri untuk melakukan hal tersebut dengan cara mencoba atau meniru adegan-adegan tersebut. Selain itu, adanya reward berupa perasaan nikmat atau kesenangan setelah melakukan perilaku seksual akan membuat seseorang cenderung mengulangi lagi perilaku seksual tersebut. Karena semakin sering

¹³⁶ M. Jufri, *Intensitas Mengakses Situs Seksual dan Permisifitas Perilaku Seksual Remaja*, 2005, 40.

¹³⁷ Albert Bandura, *Social Learning Theory*, (Prentice-Hall, Inc, New Jersey, 2001), 71.

seseorang mengakses situs porno tersebut, maka perilaku seksual remaja cenderung semakin meningkat dan dapat membuat mereka melakukan hubungan seks pra nikah.

Faktor lainnya yang dapat menyebabkan terjadinya suatu perilaku seks pra nikah pada remaja, menurut subjek pertama dapat terjadi karena adanya faktor keingin tahaan terhadap perilaku tersebut. Dalam hal ini para remaja penasaran terhadap perilaku seks pra nikah sehingga mereka mencoba melakukannya, entah dilakukan dengan pacarnya atau dengan yang lainnya.

Pada umumnya, remaja memiliki suatu rasa ingin tahu yang tinggi. Karena para remaja didorong oleh rasa ingin tahu yang tinggi, dengan itu mereka cenderung ingin berpetualang, menjelajah, dan mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya atau dirasakan sebelumnya. Akibatnya, tidak jarang remaja tersebut melakukan suatu hal secara sembunyi-sembunyi seperti remaja pria mencoba merokok karena sering melihat orang dewasa melakukannya.¹³⁸

Demikian juga perilaku seks pra nikah tersebut mereka lakukan secara rahasia atau sembunyi-sembunyi. Mereka melakukan perilaku tersebut tanpa sepengetahuan teman-temannya, orang dewasa, atau terutama orang tua mereka. Hal ini menunjukkan bahwa mereka sebenarnya takut akan perilaku tersebut jika diketahui oleh orang lain, terutama orang tua mereka.

¹³⁸ *Mohammad Ali dan Muhammad Asrori, Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara. 2004), 16.

B. Bentuk Perubahan Perilaku yang Terjadi karena Adanya Self Control pada Remaja Pelaku Seks Pra Nikah di Desa Gundik Ponorogo

Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti, pada dasarnya terdapat 3 kontrol diri yang dilakukan oleh para remaja yakni kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan pengambilan keputusan. Kontrol perilaku yang dilakukan oleh ketiga remaja ini

Kontrol perilaku yang dilakukan oleh subjek pertama ini pada saat melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya, dia melakukannya dengan sadar dan tanpa adanya terpengaruh obat-obatan apapun. Dalam hal ini berarti subjek pertama melakukan hubungan seks pra nikah secara sadar dan belum bisa melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri. Sebab walaupun dalam kondisi sadar, subjek pertama tidak akan menolak untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya tersebut.

Adapun kontrol perilaku yang dilakukan oleh subjek kedua ini juga saat melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya, dia melakukannya dengan sadar dan tanpa adanya terpengaruh obat-obatan apapun. Dalam hal ini berarti subjek kedua juga melakukan hubungan seks pra nikah secara sadar dan belum bisa melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri. Karena dalam kondisi sadar bagaimanapun, kalau subjek kedua ini menolak ajakan pacarnya, maka subjek kedua juga tidak melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya tersebut.

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, kontrol perilaku yang dilakukan subjek ketiga ini ketika pertama kali melakukan hubungan seks

pra nikah, subjek ketiga ini juga tidak menolak ajakan dari pacarnya untuk melakukan seks pra nikah tersebut. Dalam hal ini berarti subjek ketiga juga melakukan hubungan seks pra nikah secara sadar dan belum bisa melakukan kontrol terhadap dirinya sendiri. Karena, jika ada penolakan dan kontrol diri yang dilakukan subjek ketiga agar tidak melakukan seks pra nikah dengan pasangannya, maka subjek ketiga ini bisa terbebas dari hubungan seks pra nikah.

Kontrol perilaku merupakan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi komponen, yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya.¹³⁹

Kontrol kognitif yang dilakukan ketiga remaja tersebut juga berbeda beda. Kontrol kognitif yang dilakukan subjek pertama untuk mencegah terjadinya seks pra nikah. Subjek pertama ini pun mencoba mengontrol dirinya dengan cara sebisa mungkin menjauh dari lawan jenisnya ketika mereka tiba-tiba mereka merasakan ingin melakukan hal tersebut. Jikapun dipaksa oleh lawan jenisnya atau pacarnya, maka subjek pertama ini pun juga sebisa mungkin untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah

¹³⁹ M. Nur Gufron & Rini Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016), 29-30.

tersebut dengan cara menolak ajakan mereka dan sebisa mungkin melawan agar tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut.

Sedangkan kontrol kognitif yang dilakukan oleh subjek kedua ini juga hampir sama dengan yang dilakukan seperti subjek pertama yakni subjek kedua ini juga tidak langsung menyetujui ajakan pacarnya untuk melakukan seks pra nikah. Namun ketika ada paksaan dari pacarnya yang membuat subjek kedua ini mau untuk melakukan seks pra nikah dengan pacarnya dan menghindari dari laki-laki ketika berkomunikasi mengarah ke hal yang negatif seperti membahas obrolan tentang seks pra nikah.

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga ini juga memiliki cara tersendiri agar tidak berdampak kedepannya. Subjek ketiga mulai sadar akan perilakunya yang salah dan mulai bisa untuk mengontrol dirinya ketika subjek ketiga mengalami kehamilan. Subjek ketiga merasa menyesal akan perilaku yang telah ia lakukan sebelumnya. Sehingga hal tersebut bisa menjadikan subjek ketiga ini lebih berhati-hati dalam melakukan apapun dengan berpikir dahulu sebelum melakukan sesuatu.

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan.

Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat

mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.¹⁴⁰

Seseorang yang memiliki kontrol diri yang rendah, tidak bisa mengontrol perilaku dengan baik, tidak bisa mengontrol kognitif atau cara berpikir yang baik, tidak bisa mengambil keputusan dan tindakan untuk penyelesaian suatu masalah yang terjadi. Sebaliknya jika kontrol diri yang tinggi seorang individu akan mampu mengontrol kognitifnya dengan baik, sehingga dapat mengambil keputusan yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi.¹⁴¹

Pengambilan keputusan yang dilakukan oleh subjek pertama ini seiring berjalannya waktu, subjek pertama ini sadar dan menyesal telah melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya. Subjek pertama inipun mencoba untuk bisa mengontrol dirinya sendiri agar dapat mencegah hal-hal tersebut agar tidak terulang kembali pada dirinya untuk kedepannya. Hal ini, subjek pertama lakukan dengan cara lebih berhati-hati dalam menjalin hubungan dengan laki-laki, entah itu dengan temannya atau dengan pacarnya yang baru.

Berbeda dengan subjek pertama, subjek kedua ini juga memiliki cara tersendiri untuk mengambil keputusan agar bisa mengontrol dirinya untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah lagi. Ketika awal-awal diajak

¹⁴⁰ Ibid.

¹⁴¹ Agustina Ekasari Dan Suhertin Yuliyana, *Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja*, (Jurnal Soul, 2012), 59.

oleh pacarnya lagi subjek kedua ini pun masih sempat melakukannya dengan pacarnya lagi. Namun semenjak subjek kedua putus hubungan dengan pacarnya, subjek kedua ini pun mulai sadar mengenai perilaku yang dia lakukan ini adalah perilaku yang salah dan tidak boleh dilakukan. Adapun subjek kedua ini, dalam memilih pasangan, harus lebih waspada sebelumnya dan sebisa mungkin memilih terhadap laki-laki yang hanya ingin melakukan hubungan seks pra nikah saja dalam hubungan.

Berbeda dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga ini juga memiliki cara tersendiri untuk mengambil keputusan agar tidak berdampak kedepannya. Subjek ketiga mulai sadar akan perilakunya yang salah dan mulai bisa untuk mengontrol dirinya ketika subjek ketiga mengalami kehamilan. Subjek ketiga merasa menyesal akan perilaku yang telah ia lakukan sebelumnya. Sehingga hal tersebut bisa menjadikan subjek ketiga ini lebih berhati-hati dalam melakukan apapun dengan berpikir dahulu sebelum melakukan sesuatu.

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.¹⁴²

Perilaku manusia seringkali mengalami perubahan, bentuk perubahan perilaku sangat bervariasi sesuai dengan konsep yang digunakan oleh para

¹⁴² Ibid, 31.

ahli. Artinya perubahan perilaku memiliki variasi yang didasari dari pemahaman para ahli. Perubahan perilaku terdiri dari perubahan alami, terencana dan kesedian untuk berubah¹⁴³. Tiga cara perubahan perilaku yaitu: Terpaksa (*compliance*), Ingin meniru (*identification*), Menghayati (*internalization*).¹⁴⁴

Pada subjek pertama ini, tidak langsung menyetujui ajakan pacarnya saat pertama kali melakukan seks pra nikah. Namun karena paksaan terus menerus dari sang pacar, akhirnya subjek pertama menyetujui melakukan hubungan seksual. Saat pertama kali berhubungan seks, subjek pertama melakukannya di sebuah hotel. Namun seiring waktu ketika keadaan rumah pacarnya sepi, subjek pertama melakukan hal yang sama di rumah. Pada subjek pertama ini, terjadi adanya perubahan perilaku yang semula melakukan seks pra nikah yang ketika putus dengan lawan jenisnya tidak akan mengulangi perbuatan tersebut sehingga menghasilkan perilaku yang lebih baik. Karena subjek pertama ini bisa mengabaikan dan menolak setiap nafsu dan godaan dari lawan jenis.

Dalam melakukan hubungan seksual, subjek pertama ini tidak terpengaruh obat-obatan sama sekali, yang artinya subjek pertama tersebut melakukan hubungan seks pra nikah dengan pacarnya secara sadar dan subjek pertama ini juga selalu menggunakan alat kontrasepsi dalam melakukan hubungan seks pra nikah.

¹⁴³ Notoatmodjo, S, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010), 76

¹⁴⁴ Ibid, 77

Seperti subjek pertama, subjek kedua ini pun tidak serta merta menyetujui tawaran pacarnya untuk melakukan seks pra nikah. Dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Subjek kedua ini tidak mampu mengendalikan dirinya, sehingga subjek kedua ini tetap melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Dengan begitu, subjek kedua ini juga tidak mengubah perilaku menjadi lebih baik secara langsung. Subjek kedua ini juga setiap melakukan hubungan seks pra nikah, dilakukan secara sadar dan tidak terpengaruh obat-obatan sama sekali. Serta, subjek kedua ini selalu menggunakan alat kontrasepsi, sehingga sampai saat ini subjek kedua tidak hamil.

Ketika subjek ketiga ini pertama kali melakukan hubungan seks pra nikah, subjek ketiga tidak menolak ajakan pacarnya untuk melakukan hal tersebut. Subjek ketiga ini pertama kali berhubungan seks saat sudah lulus dari SMA. Saat ingin berhubungan badan dengan pacarnya, subjek ketiga tersebut tidak menolak ajakan pacarnya. Mereka melakukannya di hotel yang jauh dari tempat tinggal mereka. Subjek ketiga ini hanya berhubungan seks dengan pacarnya saja, dan tidak secara rutin.

Intensitas dalam melakukan hubungan intim pada subjek ketiga ini tidak bisa diperkirakan karena subjek ketiga ini dengan pacarnya menjalin hubungan jarak jauh (LDR). Faktor yang menyebabkan terjadinya seks pra nikah dengan ketiga subjek adalah karena faktor lingkungan dan teman. Dibandingkan dengan subjek pertama dan kedua, subjek ketiga jarang berinteraksi dengan pacarnya karena sama-sama sibuk dan tidak sempat

bersama karena menjalani hubungan jarak jauh (LDR). Jika ada kesempatan, mungkin subjek ketiga ini akan melakukannya, meski relatif jarang.

Subjek ketiga tidak berada dalam pengaruh obat-obatan selama melakukan hubungan seksual, yang artinya subjek ketiga melakukan hubungan seksual secara sadar dan melakukan tindakan kontrasepsi saat berhubungan seksual. Subjek ketiga ini mungkin pernah lupa tidak menggunakan pengaman yang sekarang mengakibatkan kehamilan. Akhirnya, objek ketiga menikah dengan pacarnya dan punya anak serta fokus membesarkan anaknya.

Perubahan perilaku pada hakekatnya adalah sama dengan proses belajar. Proses perubahan perilaku tersebut menggambarkan proses belajar pada individu. Bentuk perubahan perilaku yang dialami oleh subjek pertama ini sudah bisa untuk tidak melakukan hubungan seks pra nikah tersebut dengan pacarnya. Subjek pertama ini dapat mencegah dan menolak ketika ada ajakan pacarnya untuk melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Sedangkan pada subjek kedua ini pun hampir sama dengan yang dialami subjek pertama, akan tetapi subjek kedua ini sempat melakukan hubungan seks pra nikah lagi dengan pacar barunya. Namun setelah putus dari pacarnya, subjek kedua inipun mampu tidak mengulangi untuk melakukan hubungan seks pra nikah lagi dan menolak ketika ada ajakan untuk melakukan hubungan seks pra nikah tersebut. Berbeda dengan subjek pertama maupun subjek kedua, pada subjek ketiga ini

memiliki anak yang membuat subjek ketiga ini harus lebih berhati-hati untuk melakukan sesuatu kedepannya dan memikirkan dampak dari apa yang telah dia perbuat serta berfokus pada anaknya agar tidak melakukan hal-hal yang tidak baik untuk kedepannya.



BAB V

PENUTUP

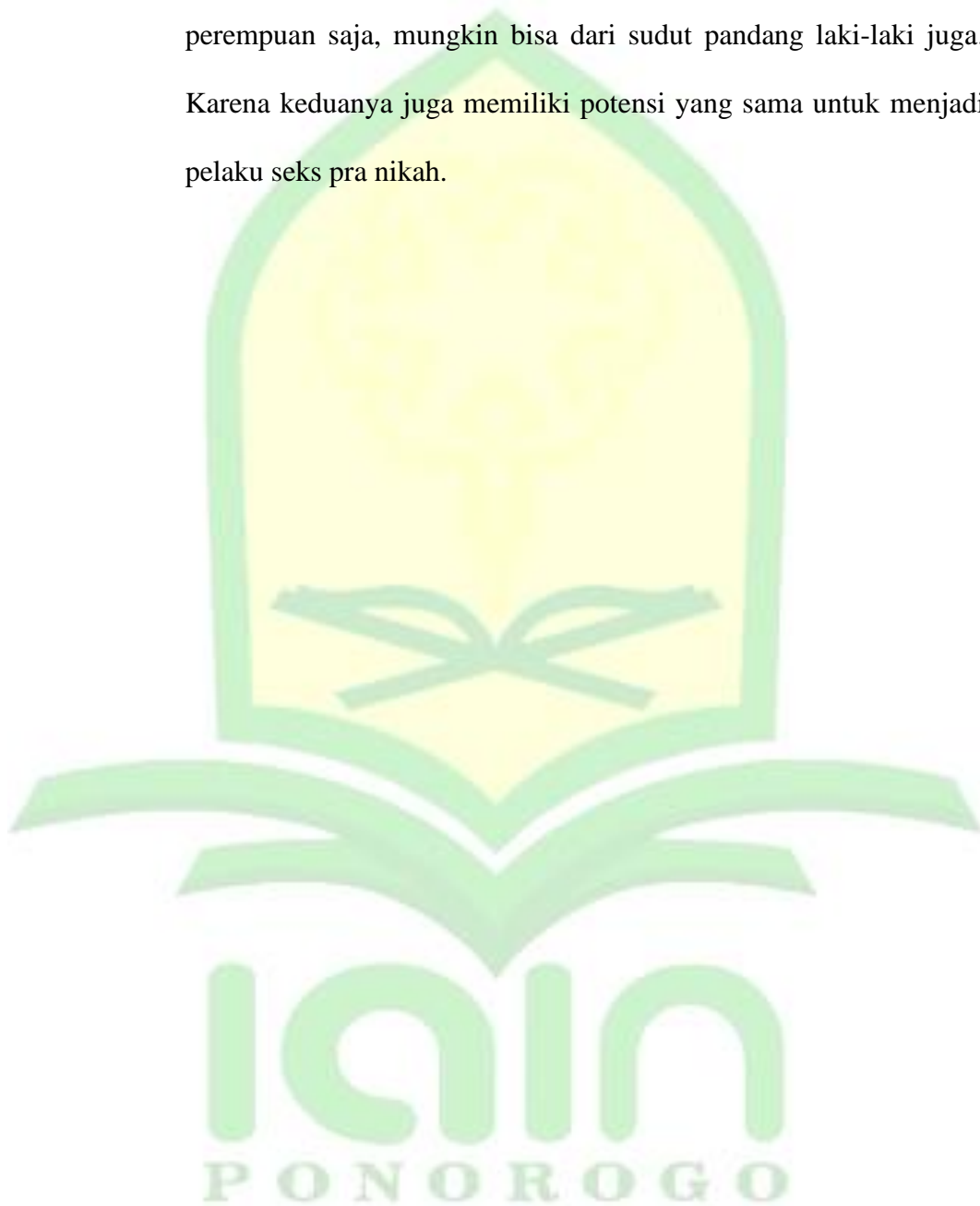
A. Kesimpulan

1. Faktor penyebab perilaku seks pra nikah pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo karena adanya faktor perubahan hormonal yang menyebabkan meningkatnya hasrat seksual (libido seksualitas) yang menyebabkan keingintahuan yang dialami oleh remaja, serta disisi lain terdapat faktor keluarga dan faktor lingkungan yang mempengaruhi perilaku seks pra nikah pada remaja.
2. Bentuk perubahan perilaku yang terjadi pada remaja adalah dengan menjauhi perilaku seks pra nikah dan lebih berhati-hati dalam melakukan sesuatu serta mempertimbangkan dampak dari apa yang dilakukan.

B. Saran

1. Bagi remaja pelaku seks pra nikah seharusnya tidak melakukan seks pra nikah tersebut dan dapat mengontrol diri melalui kontrol perilaku, kontrol kognitif, serta pengambilan keputusan. Agar tidak mudah melakukan hal tersebut dan jangan melakukan hubungan seks pra nikah hanya untuk mencoba hal tersebut. Jika sudah pernah melakukan, kontrollah dirimu sendiri agar bisa berhenti melakukan hal tersebut, karena dampak yang di berikan dari seks pra nikah tersebut sangat beragam.

2. Bagi peneliti selanjutnya untuk lebih memperluas subjek penelitian, tidak hanya subjek saja tetapi bisa menjangkau lebih luas lagi. Sebab dalam penelitian ini hanya berfokus pada perempuan saja, mungkin bisa dari sudut pandang laki-laki juga. Karena keduanya juga memiliki potensi yang sama untuk menjadi pelaku seks pra nikah.



DAFTAR PUSTAKA

- Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Anak Tiga Tahun Pertama*, (Bandung: Refika Aditama, 2007)
- Agustina Ekasari Dan Suhertin Yuliyana, *Kontrol Diri Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Coping Stress Pada Remaja*, (Jurnal Soul, 2012)
- Albert Bandura, *Social Learning Theory*, (Prentice-Hall, Inc, New Jersey, 2001)
- Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press, 2009)
- , *Psikologi Kepribadian cetakan ke-13*. (Malang: UMM Press, 2016)
- Amir B Marvasti, *Qualitative Research in Sociology*, (London: Sage Publications, 2004)
- Amiruddin dan Zainal Asikin, *Pengantar Metode Penelitian Hukum*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004)
- Ancok, J., *Psikologi Islami, Solusi atas Problem-Problem Psikologi*, (Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar, 2011)
- Anggiti & Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV. Jejak 2018)
- Aprilia Kristina Dewi, *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Mahasiswa Universitas Negeri Semarang*, (Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia: Developmental and Clinical Psychology, 2014) Vol. 3, No. 1.
- Arikunto, Suharsimi, *Manajemen Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006)
- Averill, J. F., *Personal Control Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress*, (Psychological Buletin, 1973), No. 80.
- Azinar. M, *Perilaku Seksual Pranikah beresiko terhadap Kehamilan tidak diinginkan*, (Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2013)
- B. F. Skinner, *Ilmu Pengetahuan dan Perilaku Manusia, Terjemahan*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013)
- B. Slamet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grafindo, 1994)
- Bachtiar, A., *Cinta Remaja Mengungkap Pola Dan Perilaku Cinta Remaja*, (Yogyakarta: Ar-Ruzzyg, 2004)

- Cochran, J.K., et.al., *The Influence Of religion on Attitides Toward Non Marital Sexuality: a Preliminary Assessment of Reference GroubTheory*, (Journal for the Scientific Study of Religion, 1991)
- Crockett, L. J., Bingham, C. R., Chopak, J. S., & Vicary, J. R., *Timing of First Sexual Intercourse : The Role of Social Control, Social Learning, and Problem Behavior Timing of First Sexual Intercourse : The Role Of*, *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 25, No. 1 (1996)
- Dadi, A., & Nuraini, A., *Teori Penjulukan*, (Jurnal Mediator, 2005)
- Daryanto, Tiffany, *Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009)
- Departemen Agama RI., *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, (Semarang: PT Karya Toha Putra Semarang, 2002)
- Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2005)
- Djaali, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013)
- Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003)
- Fajri Ismail, *Studi Kualitatif Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Di Kecamatan Singaran Pati Kota Bengkulu*, (Skripsi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu, Bengkulu, 2021)
- Ghufron, M. Nur, Rini Risnawita, *Teori-teori Psikologi*, (Yogyakarta: ArRuzz Media, 2010)
- Hambali A. dan Jaenudin U., *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013)
- Hambali A. dan Jaenudin U., *Psikologi Kepribadian*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2013)
- Hurlock, E.B., *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi Kelima, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2011)
- Indah Wulandari, *Hubungan Antara Pergaulan Teman Sebaya dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja*, (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, 2020)
- Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan* (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017)

- J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006)
- Jeffrey S Nevid, *Psikologi Konsepsi Dan Aplikasi*, Terjemahan M. Chozi, (Bandung: Penerbit Nusa Media, 2017)
- Jhon W. Santrock, *Adolescence Perkembangan Remaja*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002)
- Kadar Kuswandi, Ismiyati, Darti Rumiaturun, *Analisis Kualitatif Perilaku Seks Bebas pada Remaja Di Kabupaten Lebak*, (Skripsi, Poltekkes Kemenkes Banten, Banten, 2019)
- Kartini Kartono, *Patologi Sosial 2 Kenakalan Remaja*, (Jakarta: PT. Rajawali Pers, 2014), Cet. 13.
- . *Patologi Sosial 2: Kenakalan Remaja*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006)
- Kasim, F., *Dampak Perilaku Seks Beresiko terhadap Kesehatan Reproduksi dan Upaya Penanggulangannya (Studi tentang Perilaku Seks Beresiko pada Usia Muda di Aceh)*, (Jurnal Studi Pemuda, 2014)
- Kementerian Agama RI, *Al Quran Tajwid Dan Terjemahannya Dengan Asbabun Nuzul Dan Hadits Sahih*, (Bandung : Sygma Examedia Arkanleema)
- Komang Yuni Rahyani dkk, *Perilaku Seks Pranikah*, (Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 2012) Vol. 7, No. 4.
- Lawrence, P., et.al., *Psikologi Kepribadian Teori Dan Praktik*, Terjemahan Anwar, Edisi Kesembilan, (Jakarta: Prenadamedia Grop, 2010)
- M. Jufri, *Intensitas Mengakses Situs Seksual dan Permisifitas Perilaku Seksual Remaja*, (Jural Intelektual, 2005)
- M. Nur Ghufron & Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-uzz Media, 2010)
- . *Teori-teori Psikologi*. (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2011)
- . *Teori-Teori Psikologi*. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2016)
- Mahdalela, *Pengembangan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: Psikosain, 2017)

- Mayasari, F. & Hadjam, N.R., *Perilaku Seksual Remaja dalam Berpacaran ditinjau dari Harga Diri berdasarkan Jenis Kelamin*, (Jurnal Psikologi, 2000)
- Mercer J. dan Clayton D., *Psikologi Sosial, terjemahan Noermalasari*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012)
- Merry Magdalena, *Melindungi Anak Dari Seks Bebas*, (Jakarta:Grasindo, 2010)
- Milles dan Huberman, *Analisis Data Kualitatif*, (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1992)
- Mohammad Ali dan Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: Bumi Aksara. 2004)
- Najati, M.U., *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*, (Jakarta: Penerbit Mustaqim, 2003)
- Notoatmodjo, S, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010)
- , *Promosi Kesehatan, Teori dan Ilmu Perilaku*, Cetakan Ke-2, (Jakarta: Rineka Cipta, 2007)
- Nuandri, V.T., & Widayat, I.W., *Hubungan antara Sikap terhadap Religiusitas dengan Sikap terhadap Kecenderungan Perilaku Seks Pranikah pada Remaja Akhir yang sedang berpacaran di Universitas Airlangga Surabaya*, (Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial, 2014)
- Nur Astuti Agustriyana, *Fully Human Being pada Remaja sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas*, (Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2017), Vol. 2 No. 1.
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Maisyarah, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021)
- Papalia, D. E., Old, S. W., Feldman, & R. D., *Perkembangan Manusia.*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2001)
- Pieter, H. Z., & Lubis, N. L, *Pengantar Psikologi dalam Keperawatan*, (Jakarta: Kencana, 2017)
- Rahayu, P. P, *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021)

- Rasm Usmani dan Terjemahnya (Al Qur'an Al Quddus), (Kudus: Mubarakatan Thoyyibah, 2011)
- Ratna Wahyuningsih, *Hubungan Antara Konsep Diri dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Malang*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri (UIN) Malang, 2008)
- Rezha, M., *Perilaku Seksual Pada Remaja Putri yang Berpacaran*, (Skripsi. Jakarta : Universitas Gunadarma. Fakultas psikologi, 2005)
- Ryan, C.M, Jacob T.N. and Frank M.W., *Reconsidering the Effect of Self-Control and Delinquent Peers Implications of Measurement for Theoretical Significance*, (Journal of Research in Crime and Delinquency, 2009)
- Sahlihun A.Nasir, *Peranan Pendidikan Agama terhadap Pemecahan Problema Remaja*, (Jakarta: Kalam Mulia, 1999)
- Santrock, J.W., *Adolescence (8th ed.)*, (North America: McGraw-Hill, 2001)
- , *Adolescence : Perkembangan Remaja. Alih bahasa oleh : Shinto B.A. dan S. Saragih*. (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2003)
- , *Psikologi Pendidikan, terjemahan Benedictine Widyasinta, edisi kesebelas*. (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2008)
- Sari, C.P., *Harga Diri pada Remaja Putri yang telah melakukan Hubungan Seks Pranikah*, (Jurnal Psikologi Universitas Gunadharma, 2008)
- Sarwono Sarlito W, *Teori-Teori Psikologi Sosial*, (Jakarta: CV. Rajawali, 2003)
- , *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2004)
- , *Psikologi Remaja*. (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2005)
- , *Psikologi Remaja*. (Jakarta: Rajawali, 2012)
- Septi Kusumawati, et.al., *Hubungan antara Dukungan Sosial Peer Group dan Kontrol Diri dengan Kepatuhan terhadap Peraturan pada Remaja Putri*, (Jurnal: Program studi Psikologi, Univ. Sabelas Maret, 2012)
- Setiawan, R., dkk., *Pengaruh Pacaran terhadap Perilaku Seks Pranikah*, (Jurnal Soul, 2008)
- Sidik Hasan & Abu Nasma, *Let's Talk about Love*, (Solo: Tiga Serangkai, 2008)

- Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2004)
- Sugiyono, *Seks Pranikah Ancam Masa Depan Remaja*, (Yogyakarta: Nuha Medika, 2009)
- Suwarni, L., *Monitoring Parental Dan Perilaku Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Remaja SMA Di Kota Pontianak*, (Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 2009)
- Syamsul Bachtiar Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Jakarta: Prenada Kencana, 2017)
- Tarwoto, *Kebutuhan Dasar Manusia Dan Proses Keperawatan*, (Jakarta: Salemba Medika, 2010)
- Travis Hirschi, Michael R. Gottfredson, *The Generality Of Deviance*, (America: The united of America, 1993)
- V. J. Wisnu Wardhono, *Penelitian Grounded Theory, Apakah Itu..?*, (Fakultas Ekonomi Universitas Katolik Parahyangan: 2011), Vol. 15 No. 1.
- Zaki, A.A, *The Merriage Concept in Al Qur'an (Thematic Translation Studies) Konsep Pra-Nikah dalam Al-Qur'an (Kajian Tafsir Tematik)*, (Jurnal Bimas Islam, 2017)
- Zuchri Abdussamad, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Makasar: CV. Syalir Media Press, 2021)

