

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Jangka waktu antara usia 12 dan 21 tahun yang menandai peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa disebut masa remaja atau adolescence. Masa remaja awal terjadi pada usia 12 hingga 15 tahun, masa remaja pertengahan terjadi pada usia 15 hingga 18 tahun, dan masa remaja akhir terjadi pada usia 18 hingga 21 tahun (Monks, et al., 2002). Santrock (2003), Remaja dicirikan oleh tingkat kesadaran diri yang tinggi, minat yang terus-menerus terhadap hal-hal baru, dan perkembangan fisik yang pesat. Remaja tumbuh dengan pesat baik secara fisik maupun psikologis. Kemajuan fisik ditandai dengan semakin berkembangnya organ-organ tubuh, termasuk organ reproduksi. Namun, remaja tidak hanya dicirikan oleh pertumbuhan fisik dan perkembangan otak yang signifikan, namun juga berfungsi sebagai jembatan antara anak-anak yang aseksual dan orang dewasa secara seksual Riryn (2013), Pubertas atau masa remaja biasanya terjadi antara usia 12-16 tahun pada remaja putra dan 11-15 tahun pada remaja putri. Pubertas dini pada remaja putri ditandai dengan siklus bulanan, dan pada remaja putra ditandai dengan waktu mimpi basah, yaitu saat mereka secara otomatis mengeluarkan sperma. Perkembangan biologis perempuan biasanya terjadi satu tahun lebih awal dibandingkan laki-laki.

Selain itu, secara psikologis perkembangan ini terlihat dari kematangan pribadi dan kemandirian. Ciri khas dari kematangan psikologis yang ditandai dengan ketertarikan terhadap lawan jenis yang biasanya muncul dalam bentuk lebih senang bergaul dengan lawan jenis dan sampai pada perilaku yang sudah menjadi konsumsi umum, yaitu berpacaran. Ungkapan “pacaran” di kalangan anak muda saat ini sudah bukan istilah yang asing lagi. Bahkan para remaja pun percaya bahwa masa remaja adalah masa untuk berkencan. Seks pranikah saat ini menjadi fenomena yang banyak dilakukan oleh remaja yang sedang berpacaran karena remaja sering salah memahami apa arti pacaran (Setiawan & Nurhidayah, 2012).

Selain itu salah satu ciri remaja adalah minat yang tinggi (keingintahuan yang tinggi), karena dengan banyaknya kesulitan dalam menghadapi masa remaja dan perkembangan dari masa remaja menuju masa dewasa, hal ini membuat remaja perlu mencoba hal-hal baru dan ingin melakukan hal-hal baru dan ingin tahu apa yang terjadi dilingkungannya. Remaja sering kali ingin menyelidiki segala sesuatu dan mencoba hal-hal yang belum pernah mereka alami. Remaja juga ingin mencoba melakukan hal-hal yang sering dilakukan orang dewasa, seperti urusan seksual dan ingin menjadi seperti orang dewasa (Azwar, 2000).

Dorongan serta hasrat dalam perilaku seksual meningkat selama masa muda seiring dengan matangnya organ genital (primer dan sekunder). Perkembangan organ seksual primer dibedakan berdasarkan siklus bulanan pada wanita dan mimpi basah pada pria. Sementara itu, tumbuhnya rambut di sekitar alat reproduksi dan bagian lainnya menandakan bahwa alat reproduksi sekunder telah mencapai kematangan. Perkembangan organ konsepsi penting dan tambahan pada remaja dapat terjadi secara cepat atau bertahap. Ada anak-anak yang mencapai masa remaja lebih cepat dibandingkan remaja lainnya pada umumnya (Jusuf, 2017). Hasrat seksual orang dewasa biasanya muncul selama masa pubertas. Berhubungan seks dengan pasangan atau masturbasi merupakan contoh ekspresi seksual. Minat seksual remaja, sama seperti orang dewasa, bisa sangat beragam.

Segala aktivitas dan tingkah laku yang ditimbulkan oleh ketertarikan seksual yang tinggi terhadap orang lain merupakan substansi dari cara berperilaku seksual (Larasati, 2012). Gejala biologis remaja memicu keinginan untuk “menikmati” tubuh pasangannya guna mencapai kepuasan seksual. Dorongan seksual pada anak muda lebih tinggi dibandingkan pada orang dewasa, bahkan sangat tinggi. Remaja mungkin mengalami ketegangan fisik dan psikologis akibat tingginya tingkat dorongan tersebut (Hidayatullah, 2014). Mengingat ketegangan ini, remaja cenderung berusaha untuk melepaskan diri. Untuk mengurangi tekanan ini, remaja biasa untuk mengekspresikannya. Hal ini umumnya dilakukan dalam berbagai jenis perilaku seksual seperti pacaran, berkencan, berciuman atau bahkan berhubungan seks (Hidayatullah, 2014).

Dengan adanya dorongan seksual tersebut, adapun remaja yang dapat mengelola dorongan seksual dengan melakukan hal-hal yang positif. Melalui pendidikan seks yang diberikan sekolah, mampu membuat beberapa remaja dalam memberikan pandangan tentang seksualitas, mereka mampu mengelola dorongan tersebut secara tepat, sehingga mereka mampu mengekspresikan menjadi kegiatan yang bermanfaat atau yang positif seperti mengikuti ekstrakurikuler, organisasi, olahraga, jalan-jalan, belajar dan lain sebagainya. Pendapat yang serupa disampaikan oleh Santrock yang menyatakan bahwa remaja yang memiliki ketahanan psikologi ialah remaja yang memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah, kemampuan untuk beradaptasi, dan belajar dari pengalaman hidup sehari-hari (Santrock, 1996). Pengetahuan yang cukup berkaitan dengan pendidikan seksual mengandung unsur-unsur yang sama dengan yang dimaksudkan dalam istilah intelektual, yang menggambarkan kemampuan seseorang dalam berpikir dan mengekspresikan keinginan seksualnya ke arah yang positif. Sedangkan remaja yang tidak bisa mengelola dorongan seksualnya kurang tepat, akan terjerumus ke perilaku seksual pranikah.

Tentu saja dengan adanya keingintahuan yang tinggi tentang seksualitas menyebabkan munculnya perilaku seksual pranikah pada remaja. Konsekuensi dari adanya minat tersebut di antaranya muncul perubahan perilaku seksual pada remaja. Hal ini menjadikan remaja sangat rentan mengarah pada perilaku seksual pranikah (Muzayyamah, 2008). Menurut Kartono (dalam Setiawan & Nurhidayah, 2008) juga menambahkan bahwa perilaku seksual sebagai perilaku yang berhubungan dengan fungsi-fungsi reproduksi atau yang merangsang sensasi dalam reseptor-reseptor yang terletak di sekitar organ-organ reproduksi dan daerah-daerah erogen. Perilaku seksual yang dilakukan oleh remaja saat berpacaran dengan lawan jenis ini sering dikenal sebagai perilaku seksual pranikah. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (2009) yang menyatakan bahwa perilaku seks selama berpacaran dimulai dari berciuman, bercumbu ringan, bercumbu berat, dan kemudian hubungan intim. Ketika seseorang tersenyum, memeluk, meremas tangan dengan pasangannya maka pada dasarnya ia tengah melakukan aktivitas seksual. Perilaku seksual pranikah adalah salah satu bentuk ungkapan tingkah laku atau rasa cinta

yang dilampiaskan dimulai pada tahap berdekatan, berciuman sampai melakukan senggama tanpa adanya ikatan pernikahan (Hurlock, 2002).

Munculnya hasrat dan kasih sayang seksual mendorong remaja untuk lebih sering intim dan menginginkan kontak fisik bersama pacarnya. Keintiman fisik dan kontak fisik yang terjadi antara remaja yang berpacaran berbeda dengan keintiman fisik dan kontak fisik antara remaja dengan teman atau anggota keluarga. Selama pacaran, hal tersebut yang pada akhirnya mengarah pada perilaku seksual (Rahman & Hirmaningsih, dalam Mayasari & Hadjam, 2000). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRR) yang dikutip dalam studi kasus (Israwati, 2013) menunjukkan bahwa usia pertama kali remaja Indonesia berpacaran yaitu pada usia 12 tahun. Perilaku pacaran remaja yang tidak sehat sebanyak 92% remaja pernah berpegangan tangan saat berpacaran, 82% remaja pernah melakukan ciuman, 63% remaja saling meraba bagian sensitive dengan pasangan pada saat pacaran. Adanya perilaku pacaran yang tidak sehat dapat menimbulkan remaja untuk mengarah pada hubungan seks bebas pranikah (Israwati, 2013).

Survei indikator kinerja Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015 BKKBN di 34 provinsi pada 41.885 remaja usia 15-24 tahun dan belum menikah menunjukkan bahwa remaja pria dan wanita yang pernah melakukan hubungan seksual masing-masing sebesar 9,2% dan 2,9% (Junaidi, 2016). Survei tersebut juga menunjukkan perilaku seksual yang dilakukan dengan pacar, yaitu: berpegangan tangan (86,4%), mencium bibir (31,7%), dan meraba/merangsang (12%). Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2018), pada 12.612 remaja 15-24 tahun menunjukkan bahwa remaja laki-laki yang pernah melakukan hubungan seksual lebih tinggi (8%) dibandingkan remaja wanita (2%). Remaja laki-laki usia 20-24 tahun lebih banyak (14%) melakukan hubungan seksual dibandingkan dengan kelompok usia 15-19 tahun (4%).

Trend penyimpangan perilaku seksual tidak lagi “milik” remaja pada kota-kota besar di Indonesia, tetapi mampu menyusup ke segala pelosok pulau termasuk pulau Madura, daerah Bangkalan salah satu nya. Kabupaten Bangkalan adalah salah

satu kabupaten dari Madura Yang dikenal sebagai kota santri karena memiliki ratusan pondok pesantren, sehingga para warga nya yang memiliki tingkat keagamaan yang bisa di bilang cukup kental. Namun, tidak semua warga memiliki tingkat religiusitas yang tinggi. Menurut penelitian dalam (Estit dkk, 2023) yang berdasarkan penelitian sebelumnya pada tanggal 20 Mei 2022 peneliti mewawancarai 21 siswa rentang umur 16-18 tahun di Kabupaten Bangkalan, hasilnya dapat disimpulkan diketahui 14 siswa berkencan dengan pacar, dan berperilaku berpacaran seperti 13 siswa mengobrol berdua bersama pacar, 5 siswa nonton bioskop berdua dengan pacar, 11 siswa jalan-jalan berdua dengan pacar, 4 diantaranya berperilaku berpacaran berisiko seperti 4 siswa berpelukan dengan pacar, dan 3 diantaranya berciuman pipi dengan pacar mereka. Mereka juga mengatakan memiliki keinginan untuk melakukan hubungan seksual dengan pacar mereka, tetapi masih takut untuk memasuki tahap hubungan seksual, dan 6 lainnya mengatakan mereka tidak berpacaran.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, ditemukan bahwa laporan situasi perkembangan HIV/AIDS dan IMS di Indonesia periode Oktober-Desember 2018 Provinsi Jawa Timur menduduki pertama dengan kasus HIV-AIDS dengan urutan Jawa Timur sebanyak 2.684, diikuti DKI Jakarta sebanyak 1.082, Jawa Barat 1.536 dan Jawa Tengah 1.504. Hal ini sangat mengkhawatirkan, mengingat perilaku seksual yang tidak bertanggung jawab di usia muda dapat meningkatkan jumlah remaja putri yang hamil di luar nikah dan mengembangkan penyakit menular seksual, yang dapat berdampak pada masa depan.

Cukup banyak faktor yang melatar belakangi terjadinya kenakalan remaja. Penelitian lain yang dilakukan oleh Narendra, Sularyo, Soetjningsih, Suyitno & Ranuh (2008) mengungkapkan bahwa perilaku seksual pada remaja dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu : Faktor internal meliputi harga diri dan religiusitas, faktor keluarga meliputi hubungan anak dengan orang tua, dan faktor eksternal lingkungan meliputi interaksi teman sebaya dan media pornografi. Kontrol diri juga merupakan salah satu faktor internal yang berpengaruh terhadap perilaku seksual. Seperti yang Dijelaskan oleh Sarwono (2005), remaja yang dapat mengontrol dan menahan diri

cenderung tidak melanggar larangan-larangan seperti perilaku berciuman dan perilaku seksual lainnya. Kontrol diri atau menahan diri berarti melakukan pengendalian atau pengontrolan terhadap dorongan atau keinginan dari dalam diri sehingga perilakunya dapat terkendali.

Menurut (Chaplin, 2001) Kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengarahkan perilakunya ke arah yang lebih baik untuk mencapai suatu tujuan. Averill (dalam Anggreini dan Mariyanti, 2014) menjelaskan bahwa *self control* merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak penting dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan yang diyakininya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kartono (2013) menyatakan bahwa salah satu faktor penting penyebab timbulnya kenakalan remaja pada umumnya kurang memiliki kontrol diri atau justru menyalahgunakan kontrol diri tersebut dan suka menegakkan standart tingkah laku sendiri, disamping meremehkan keberadaan orang lain. Averill (dalam Ghufro dan Risnawati, 2012) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decesional control*).

Remaja dengan *self control* dan *self regulation* yang mapan, dapat menstabilisasi informasi bernuasa pornografi sebagai wahana edukasi bagi dirinya. Sumber informasi tersebut (pornografi) tidak diarahkan pada motif biologisnya, melainkan lebih diarahkan pada motif kognitifnya (pemahaman) (Blegur, 2017). Dengan demikian, rangsangan media tidak berdampak langsung terhadap kegairahan organ reproduksi remaja. Ini sebagai bentuk preventif dalam menjaga kestabilan perilaku seksual remaja dari invasi teknologi informasi. Hal ini dipandang penting, sebab penelitian Ardiani (2014) yang berjudul Preferensi perilaku seksual remaja, telah memberi bukti ilmiah bahwa rangsangan media pornografi berkontribusi kuat terhadap perilaku seksual remaja. Bahkan internet, handpone, dan video porno berkontribusi sebesar 93% dari media media lainnya, seperti: buku bacaan, majalah, vcd, televisi, koran, poster, radio, brosur, dan pamflet. Adanya pengetahuan dan pemahaman tentang kesehatan reproduksi

seksual remaja yang kurang disebabkan adanya sumber informasi yang salah (Soetjiningsih, 2004).

Sedangkan kontrol diri yang lemah, yaitu 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. Kontrol diri yang lemah juga membuat remaja tidak bisa mempelajari dan membedakan tingkah laku yang dapat diterima dengan yang tidak dapat diterima akan terseret pada perilaku 'nakal'. Begitupun bagi mereka yang telah mengetahui perbedaan dua tingkah laku tersebut, namun tidak bisa mengembangkan kontrol diri untuk bertingkah laku sesuai dengan pengetahuannya. Sebaliknya jika kontrol diri yang tinggi seorang individu akan mampu mengontrol kognitifnya dengan baik, sehingga dapat mengambil keputusan yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi remaja.

Faktor yang mempengaruhi remaja tidak bisa mengontrol diri, Menurut Ghufro dan Risnawati (2011) kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu Faktor Internal. Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia dan kematangan. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya, individu yang matang secara psikologis juga akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan yang tidak baik bagi dirinya. Faktor Eksternal. Faktor eksternal ini di antaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (2000) menunjukkan, bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orangtua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap ke konsistensian ini akan diinternalisasi anak, dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Adapun penelitian terdahulu yang meneliti variabel x dan variabel y dari Sasmita dan Atika (2021) yang berjudul “Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku

Seksual pada Remaja Berpacaran” dimana hasil dari penelitiannya adalah terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah.

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa salah satu kenakalan remaja dan penyimpangan yang terjadi pada remaja adalah perilaku seksual pranikah. Kontrol diri sendiri adalah kemampuan individu dalam mengarahkan perilakunya ke arah yang lebih baik untuk mencapai suatu tujuan. Penyebab timbulnya kenakalan remaja pada umumnya kurang memiliki kontrol diri atau justru menyalahgunakan kontrol diri tersebut dan suka menegakkan standart tingkah laku sendiri, disamping meremehkan keberadaan orang lain. Oleh karena itu, Peneliti ingin mengembangkan penelitian untuk mengetahui bagaimana pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja, untuk mencegah remaja yang berperilaku seksual pranikah agar tidak terjadi. Karena remaja yang melakukan perilaku tersebut akan mengalami takut, cemas, dikucilkan, dikeluarkan dari sekolah, menimbulkan kehamilan dan yang akan mengalami infeksi menular seksual dikalangan remaja (Sarwono, 2012).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, maka rumusan masalah pada penelitian ini bagaimana pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah remaja di Bangkalan?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap Perilaku seksual pranikah remaja di Bangkalan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan terhadap ilmu Psikologi, seperti Psikologi Perkembangan pada remaja,

Psikologi kesehatan tentang seksualitas pada remaja dan psikologi sosial terkait kontrol diri.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek penelitian, hasil penelitian ini memberikan informasi mengenai pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah, sehingga dapat dijadikan sebagai wacana pemikiran bagi subjek agar mampu menghindari perilaku seks pranikah, serta remaja bisa meningkatkan kontrol diri agar mencegah perilaku seksual pranikah.
- b. Bagi orang tua, penelitian ini diharap memberi informasi dan pengetahuan kepada para orang tua tentang pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual. Sehingga pentingnya mengawasi anak dalam pergaulan agar bisa meminimalisir perilaku seksual pranikah pada anak.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat digunakan sebagai sumber acuan atau referensi dan pengetahuan terutama untuk penelitian dengan fenomena yang sama yaitu kontrol diri dan perilaku seksual pranikah.