

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Selama rentang kehidupan yang terjadi pada manusia, manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam diri mereka, mulai dari fase kelahiran sampai dengan meninggal dunia. Dalam rentang kehidupan tersebut fase remaja menjadi salah satu pusat perhatian penting, hal ini dikarenakan masa remaja merupakan fase terakhir dari masa anak-anak sebelum memasuki masa dewasa dan akan mengalami perubahan-perubahan dalam diri mereka. Mahmudah, Yaunin, dan Lestari (2016) mengatakan perubahan-perubahan yang akan terjadi meliputi fisik (contoh : terjadinya mimpi basah pada remaja laki-laki dan terjadinya haid pada remaja perempuan), psikologis (contoh : emosi yang sensitif, dan temperamental atau mudah tersinggung, marah, sedih dan murung), kognitif (mulai berpikir dengan logis dan mulai membuat keputusan-keputusan untuk memecahkan masalah) dan sosial (contoh : remaja mulai menggabungkan diri mereka kepada kelompok teman sebayanya) .

Gunarsa (2008) mengatakan bahwa secara fisik seorang remaja sudah memiliki kemampuan layaknya orang dewasa, tetapi jika dilihat dari psikologisnya, remaja tidak dapat menggunakan hak untuk memakai kemampuan tersebut karena emosi atau suasana hati remaja belum stabil atau masih berubah-ubah. Rosenblum dan Lewis (dalam Pertiwi, 2013) berpendapat bahwa remaja mengalami emosi atau suasana hati yang berubah-ubah, emosi-

emosi tersebut meliputi perasaan senang , marah , sedih, dan takut dalam waktu yang cepat.

Lisnawati dan Lestari (2015) dalam penelitiannya menjelaskan pada masa remaja ini yang paling menonjol dalam terjadinya perubahan adalah pada bagian fisik mereka. Remaja akan mengalami periode pematangan organ reproduksi manusia, atau yang sering disebut dengan masa pubertas. Dalam masa pubertas tersebut terjadilah suatu perubahan pada organ-organ fisik (organ biologis) secara cepat, dan perubahan yang terjadi pada remaja tidak dapat diimbangi dengan perubahan psikologis (mental emosional). Terjadinya perubahan besar dan cepat pada kematangan seksual atau alat-alat reproduksi ini umumnya akan membingungkan para remaja yang mengalaminya, sehingga diperlukan perhatian khusus, karena bila timbul dorongan-dorongan seksual yang tidak sehat akan menimbulkan perilaku seksual yang tidak bertanggungjawab.

Fatmah (2010) dalam penelitiannya memaparkan hasil survei dari Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2010 menyebutkan sebanyak 5.912 wanita di umur 15 sampai 19 tahun pernah melakukan hubungan seksual, sedangkan pria di usia yang sama berjumlah 6.578 pernah melakukan hubungan seks.

Fatmah (2010) juga memaparkan hasil penelitian dari Jane Brown, ilmuwan dari Universitas North Carolina yang memimpin proyek penelitian ini selama 2 tahun berturut-turut pernah mempublikasikan dalam jurnal American Academy of Pediatrics, dan Journal of Adolescent Health dan mengatakan pengaruh media terhadap perilaku seks kaum muda dengan mengambil sampel sebanyak 1,017 remaja berusia 12 sampai 14 tahun dari Negara bagian North Carolina, AS yang disugahi 264 tema seks dari film, televisi, pertunjukan, musik,

dan majalah. Jane Brown menulis bahwa semakin banyak remaja disugahi dengan eksploitasi seks di media, maka mereka akan semakin berani mencoba seks di usia muda.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Taufik (dalam Rafiyanti, 2010) kepada 1250 remaja di Surakarta yang terdiri atas 611 laki-laki dan 639 perempuan, menemukan bahwa 212 laki-laki (34, 69%) dan 27 perempuan (4, 23%) kadang-kadang melakukan onani, 77 laki-laki (12,60%) dan 9 perempuan (1, 41%) sampai sekarang masih aktif melakukan onani. Hal tersebut menjelaskan bahwa 462 subjek laki-laki dan 469 subjek perempuan yang berpacaran ditemukan bahwa 139 laki-laki (30,09%) dan 25 perempuan (5, 33%) telah melakukan hubungan seks. Alasan melakukan hubungan seks, 6 orang laki-laki (24%) dan 57 perempuan (38,51%) mengaku sebagai bukti rasa cinta kepada pacar, sedangkan 2 laki-laki (8%) dan 4 perempuan (2,7%) mengaku karena diperkosa dan dipaksa.

Fitria (2014) juga memaparkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Diahhadhi Setyonaluri dari Lembaga Demografi FEUI dengan Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) terhadap 2.880 responden usia 15-24 tahun di kota di Jawa Barat juga memperlihatkan sebesar 39,65 persen responden pernah melakukan hubungan seksual sebelum menikah.

Lisnawati dan Lestari (2015) juga mengungkapkan hasil penelitiannya di SMK Negeri 1 Cirebon, dari 240 subjek remaja yang ia ambil, 173 (72,1%) remaja sudah pernah melakukan aktivitas perilaku seksual. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Lisnawati dan Lestari dapat diketahui bahwa lebih dari setengah siswa-siswi SMK Negeri 1 Cirebon mendapatkan informasi mengenai kesehatan reproduksi dan perilaku seksual remaja dari media (media cetak

maupun elektronik) yaitu sebanyak 146 (60,8%) dan hanya 45 (18,8%) siswa-siswi yang mendapatkan informasi dari teman sebaya serta hanya 49 (20,4%) yang mendapatkan informasi dari orang tua.

Perilaku seksual yang terjadi pada remaja dari tahun ke tahun dari data yang diungkap sangat mengkhawatirkan. Perilaku seksual sendiri menurut Sarwono (2015) adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis. Bentuk-bentuk dari perilaku seksual bermacam-macam, mulai dari bergandengan tangan (memegang lengan pasangan), berpelukan (merangkul bahu, merangkul pinggang), bercumbu (mencium pipi, mencium kening, dan mencium bibir), meraba bagian tubuh yang sensitif pasangan dan menggesek-gesekkan alat kelamin sampai dengan memasukkan alat kelamin saat melakukan seks. Basri (dalam Trisnawati, Anasari, & Artathi, 2010) menjelaskan perilaku seksual pada remaja adalah segala bentuk perilaku yang didorong oleh hasrat-hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun sama jenis.

Mahmudah, Yaunin, dan Lestari (2016) berpendapat bahwa ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku seksual, yaitu harapan untuk menikah dalam usia yang relatif kecil yaitu umur antara 16 sampai 20 tahun , semakin derasnya arus informasi yang dapat menimbulkan rangsangan seksual pada remaja karena kurangnya informasi tentang pendidikan seks pada remaja, membuat para remaja mencari informasi sendiri dari teman-temannya maupun dari lingkungan, kurangnya pengawasan serta informasi mengenai seks bebas dari orang tua baik dari keluarga atau lingkungan masih menganggap bahwa membicarakan seks kepada anak adalah sesuatu yang tabu, meningkatnya hasrat seksual dan pergaulan yang makin bebas.

Kusmiran (dalam Lisnawati & Lestari 2015) juga berpendapat bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi dalam perilaku seksual, yaitu perubahan biologis yang terjadi pada masa pubertas dan pengaktifan hormonal, sedikitnya peran orang tua melalui komunikasi antara orang tua dan remaja tentang masalah seksual, pengetahuan para remaja yang rendah cenderung lebih sering memunculkan aktivitas seksual (contoh : masturbasi) dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan baik, dan pengaruh teman sebaya yang berpengetahuan rendah sehingga memunculkan penyimpangan perilaku seksual.

Baumeister, Vohs dan Tice (2007) menjelaskan kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan emosi dan perilaku seseorang sesuai dengan yang diinginkan, sedangkan menurut Chaplin (1999) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri atau menekan dorongan-dorongan yang bersifat negatif.

Calhoun dan Acocella (dalam Safitri & Uyun, 2007) berpendapat bahwa kontrol diri adalah suatu kemampuan yang mengatur proses secara fisik, psikologis, dan perilaku seseorang dalam menghadapi stimulus yang terjadi sehingga dapat menghindari konsekuensi atau akibat-akibat yang tidak diinginkan. Seseorang yang memiliki kontrol diri yang baik dapat mencegah stimulus-stimulus yang bersifat negatif yang dapat membahayakan diri individu, menyadari akan akibat dari perilaku yang dilakukannya dan memikirkan efek jangka panjang dari perilakunya, sementara individu dengan kontrol diri yang rendah memiliki kecenderungan untuk berperilaku yang merisikokan diri individu dan tidak memikirkan efek jangka panjang dari perilaku yang diperbuat dikarenakan sempitnya cara berpikir yang dilakukan individu tersebut.

Peneliti mencoba melakukan pengumpulan data dengan menggunakan mini kuisisioner terhadap 12 orang yang umurnya antara 18 tahun hingga 22 tahun di Unika Soegijapranata Semarang tentang bagaimana perilaku para remaja tersebut ketika berpacaran, apakah mereka dapat mengontrol diri mereka atau tidak. Peneliti membuat beberapa pertanyaan dalam kuisisioner tersebut yang terkait dengan bentuk-bentuk perilaku seksual yaitu berciuman, *petting*, oral seks, dan bersenggama. Dari bentuk-bentuk perilaku tersebut, peneliti ingin mengetahui sudah sejauh mana mereka melakukannya dan apa alasan melakukan perilaku yang mengarah pada seks.

Kemudian peneliti menemukan dari 12 orang yang menjawab kuisisioner tersebut, peneliti mendapatkan bahwa 3 orang diantaranya sudah pernah melakukan meraba raba bagian sensitif pasangannya dan sudah berciuman, dengan alasan penasaran dan ingin mencoba. 3 orang lainnya sudah pernah berciuman, meraba, dan oral seks pasangannya dengan alasan bahwa karena terpengaruh oleh temannya yang sering melakukan hal tersebut, karena penasaran dan karena sudah sering melakukan hal tersebut. 5 orang sudah pernah melakukan ciuman, *petting*, oral seks dan bersenggama, mereka berlima melakukan dengan alasan karena ikut-ikutan, penasaran dan ingin mencobanya, dan karena melakukan seks sudah hal yang wajar ketika berpacaran. 1 orangnya lagi hanya berpegangan tangan saja ketika sedang berpacaran dengan alasan belum menikah dan dilarang oleh orang tuanya.

Berdasarkan uraian-uraian diatas, untuk mendukung dalam penelitian ini, maka peneliti menemukan beberapa kajian sebelumnya mengenai variabel kontrol diri dan perilaku seksual yang dijadikan kajian dalam penelitian ini. Penelitian kontrol diri dengan perilaku seksual yang dilakukan oleh Safitri dan

Uyun (2007) menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan populasi berjumlah 60 orang siswa dan sampel diambil menggunakan teknik *sampling aksidental*. Hasil penelitian memperlihatkan kontrol diri berhubungan negatif dengan perilaku seksual, hubungan negatif tersebut ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,353$ dengan signifikansi $p = 0,003 < 0,01$. Nilai tersebut menunjukkan hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pada remaja. Semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah perilaku seksual pada remaja.

Kemudian penelitian tentang kontrol diri dan perilaku seksual yang dilakukan oleh Mufidah (2008) menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan populasi berjumlah 150 siswa, dan sampel diambil menggunakan teknik *random sampling* dengan jumlah 40 orang. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, dapat diketahui bahwa kontrol diri siswa berjumlah 1 orang (2,5%) pada kategori tinggi, 33 orang (82,5) pada kategori sedang dan 6 orang (15%) pada kategori rendah. Sedangkan pada variabel perilaku seks, untuk kategori tinggi berjumlah 17 orang (42,5%), 13 orang (32,5%) pada kategori sedang dan 10 orang (25%) pada kategori rendah.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, penelitian disini mencoba mengambil dari perilaku seksual para remaja yang sudah mengikuti jaman yang berkembang dan teknologi sudah semakin maju dimana para remaja dapat lebih mudah untuk mengakses di media sosial untuk mendapatkan dan melihat berita atau video perilaku-perilaku seksual melalui gadget mereka, sehingga tidak menutup kemungkinan para remaja yang sudah mengakses informasi-informasi mengenai perilaku-perilaku seksual akan melakukan ataupun mencobanya bersama pasangannya, ditambah dengan pergaulan yang semakin lama semakin

bebas dikalangan remaja dan tanpa adanya pengawasan dari orangtua memudahkan para remaja jatuh dalam perilaku seksual. Padahal perilaku seksual memiliki dampak yang serius, seperti penelitian yang dilakukan oleh Lailiyah (2010) Perilaku seksual yang dilakukan oleh para remaja saat ini akan menimbulkan beberapa masalah, antara lain yaitu :

- a. Memaksa pelajar tersebut dikeluarkan dari sekolah atau kampus, sementara secara mental mereka tidak siap untuk dibebani masalah ini.
- b. Kemungkinan terjadinya aborsi yang tak bertanggung jawab dan membahayakan, karena mereka merasa panik, bingung dalam menghadapi resiko kehamilan dan akhirnya mengambil jalan pintas dengan cara aborsi.
- c. Pengalaman seksualitas yang terlalu dini sering memberi akibat di masa dewasa. Seseorang yang sering melakukan hubungan seks sebelum menikah tidak jarang akan merasakan bahwa hubungan seks bukan merupakan sesuatu yang sakral lagi sehingga ia tidak akan dapat menikmati lagi hubungan seksual sebagai hubungan yang suci melainkan akan merasakan hubungan seks hanya sebagai alat untuk memuaskan nafsunya saja.
- d. Hubungan seks yang dilakukan sebelum menikah dan berganti – ganti pasangan sering kali menimbulkan akibat-akibat yang mengerikan sekali bagi pelakunya, seperti terjangkitnya berbagai penyakit kelamin dari yang ringan sampai yang berat.

Bukan hanya itu saja kondisi psikologis yang diakibatkan dari perilaku seksual tersebut, pada sebagian remaja dampaknya bisa cukup serius, seperti perasaan bersalah karena telah melanggar norma-norma yang ada

dilingkungannya, depresi, marah, dan kebingungan untuk menghadapi segala kemungkinan resiko yang akan terjadi, perasaan yang dijelaskan tersebut akan muncul pada diri remaja ketika remaja menyadari dan menyesali perilaku yang telah dilakukannya.

Dari uraian yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa dampak dari perilaku seksual antara lain kehamilan, pengguguran kandungan atau aborsi, putusnya sekolah atau kuliah, perkawinan di usia muda, perceraian dini, penyakit kelamin, dan penyalahgunaan obat bagi para remaja yang merupakan akibat buruk dari perilaku seksual yang salah. Akibat dari dampak tersebut, membuat masa depan para remaja yang penuh harapan hancur berantakan dikarenakan masalah cinta dan perilaku seksual yang salah.

Selain itu dampak-dampak yang ditimbulkan dari perilaku seksual yang menyangkut kesehatan bagi para remaja yang melakukan hubungan seksual dini meliputi trauma seksual, meningkatnya pertumbuhan kanker *cervix* (leher rahim), terkena penyakit menular seksual dan juga hamil di usia muda.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan, maka peneliti tertarik untuk menguji tentang hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pada remaja terutama pada remaja yang pernah berpacaran dan sedang dalam tahap berpacaran.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pada remaja.

C. Manfaat Penelitian

Dari penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan ini diharapkan dapat memberikan pengembangan ilmu, wawasan dan pengetahuan psikologi, khususnya dalam psikologi perkembangan.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan dari penelitian ini mampu menjadi referensi informasi dan acuan pada masyarakat luas khususnya untuk para remaja mengenai perilaku seksual dengan kontrol diri.

