

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang baru memulai masa kuliahnya yang masuk ke dalam golongan kelompok remaja yang meliputi rentang umur 18 tahun atau 19 tahun sampai 24 tahun atau 25 tahun (Irmawati, 2013). Mahasiswa yang berumur 18 sampai 21 tahun termasuk ke dalam tahapan remaja akhir. Remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 12 sampai 21 tahun (Hurlock, 1993). Masa remaja ini bisa disebut dengan masa peralihan atau masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang diawali dengan pubertas. Pada masa ini banyak terjadi perubahan seperti perubahan fisik, emosional maupun sosial.

Masa remaja adalah masa pubertas, di mana pada masa ini hasrat seksual remaja meningkat yang ditandai dengan tumbuhnya seks sekunder dan peningkatan hormon. Pada laki-laki peningkatan hormon yaitu *testosteron* dan perempuan yaitu hormon *estrogen* dan *progesteron*. Terdapat lima perubahan khusus yang terjadi pada pubertas, yaitu perkembangan organ-organ reproduksi, penambahan tinggi badan yang cepat, perubahan komposisi tubuh, perkembangan seks sekunder serta perubahan sistem sirkulasi dan sistem respirasi yang berhubungan dengan stamina tubuh dan kekuatan (Sarwono, 2011)

Pada masa remaja, adanya peningkatan dorongan seks dalam dirinya. Dorongan atau keinginan tersebut membuat para remaja mengupayakan berbagai cara untuk mencari informasi sebagai pemenuhan kebutuhan seksual dan menumbuhkan minat terhadap peningkatan aktivitas seksual pada remaja (Hurlock, 1993). Sifat-sifat karakteristik yang dimiliki remaja, seperti keinginan untuk menghayal, kegelisahan, terjadi suatu pertentangan dan keinginan untuk mencoba segala sesuatu (Ali & Asrori, 2014). Ketika seorang remaja memiliki rasa ingin tahu tentang kehidupan seksual, mereka akan mencari informasi mengenai seks melalui buku, film, atau media lain secara sembunyi (Rosyida, 2019). Kurangnya komunikasi antara remaja dengan orang tua maupun guru mengakibatkan remaja melakukan penyimpangan seksual. Hal ini menyebabkan remaja melakukan apa yang dilakukan orang dewasa seperti mengonsumsi alkohol, narkoba, merokok, dan melakukan perilaku seksual agar citra diri yang mereka inginkan dapat tercapai (Hurlock, 1993).

Perilaku seksual pranikah remaja dalam berpacaran adalah manifestasi dorongan seksual yang diwujudkan mulai dari melirik ke arah bagian sensual pasangan sampai bersenggama yang dilakukan oleh remaja yang sedang berpacaran (Rusmiati & Hastono, 2015). Dorongan- dorongan ini biasanya muncul sebagai respon biologis yang terjadi pada remaja untuk “menikmati” fisik pasangannya agar mendapatkan kepuasan seksual (Blegur, 2017). Perilaku seksual yang dilakukan pada saat pacaran atau dilakukan sebelum menikah bisa disebut dengan perilaku seksual pranikah.

Menurut Sarwono (2011) perilaku seksual adalah tindakan individu dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis yang didorong oleh keinginan seksualnya. Hal ini bermula dari perasaan kagum sampai perilaku berpegangan

tangan, berkencan, bercinta dan bersetubuh (Sarwono, 2011). Perilaku seksual pranikah yang tidak aman dan dilakukan dengan pasangan yang tidak tepat berisiko menimbulkan permasalahan kesehatan. Dampak buruk dari perilaku seks berisiko remaja terhadap kesehatan reproduksi di antara lain adalah tertular HIV/AIDS, kehamilan yang tidak diinginkan, depresi, marah, ketegangan mental hingga penularan infeksi menular seksual (Sarwono, 2011)

Pada umumnya, mereka menganggap berhubungan seksual sekali saja tidak akan menyebabkan kehamilan (Aziza & Amperaningsih, 2014). Menurut BKKBN (2021), bahwa perempuan dapat hamil dalam sekali hubungan seksual (52,8%), tidak dapat hamil (18,3%) dan (28,9%) tidak tahu. Padahal, hamil di usia muda dimana fisik dan psikologis remaja belum siap sangatlah berisiko. Pada akhirnya, remaja yang belum siap terpaksa memilih menikah atau bahkan melakukan aborsi yang dapat mengakibatkan kematian atau rusaknya organ reproduksi. Disinilah resiko bagi remaja baik perempuan atau laki- laki sangatlah besar untuk masa depannya.

Berhubungan seksual pranikah semakin sering dilakukan bukan hanya pada individu yang sudah menikah saja namun pada individu yang belum menikah juga banyak yang sudah melakukan hubungan seksual. Dalam SDKI (Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia) persentase berhubungan seksual pranikah pada wanita dan pria meningkat dari 59% pada tahun 2012 menjadi 74% pada tahun 2017. Dari data ini dapat dilihat dalam jangka waktu lima tahun saja mengalami kenaikan sebesar 15 persen (BPS, BKKBN, & Kemenkes, 2017). Survei Perilaku Seks 2011 yang dilakukan Dinas Kesehatan Tentara Indonesia menunjukkan bahwa, mayoritasnya adalah mahasiswa pada usia 19 tahun dan rata-rata mereka baru memulai pertama kali melakukan berhubungan seksual

(Wulandari & Muis, 2014). Mahasiswa termasuk golongan usia (golongan usia 18-21 tahun) yang rentan terlibat dalam perilaku seksual dari semua golongan usia yang ada karena mereka memasuki masa kematangan seksual.

Hasil penelitian Ariayudha, Husodo, & Prabamurti (2020) mengenai perilaku seksual pranikah mahasiswi studi kasus perguruan tinggi favorit di Kota Semarang tahun 2019 yang berjumlah 13 subjek dengan umur termuda 20 tahun dan tertua berumur 22 tahun. Penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa seluruh subjek penelitiannya sudah melakukan perilaku seksual pranikah mulai dari berciuman, menyentuh atau meraba, menggosokkan alat kelamin, hingga melakukan hubungan seksual pranikah.

Hasil penelitian lain juga didapat dari Elfina, Choiriyah, & Rosyidi, (2018), mengenai perilaku seksual pada remaja di SMK Negeri 1 Bawen Kabupaten Semarang yang menunjukkan hasil penelitian dalam kategori berat yaitu terdapat 62 subjek (67,4%) pernah meraba-raba bagian tubuh sensitif pasangan (89,0%), menggosok- gosokkan alat vital (91,0%) dan pernah melakukan oral seks dengan pasangan (93,0%).

Beberapa hasil wawancara yang dapat memperkuat bahwa perilaku seksual membuat para remaja memiliki rasa keingintahuan dan hasrat untuk melakukan hubungan seks. Peneliti mewawancarai dua orang remaja laki-laki dan satu perempuan serta merangkum hasil wawancara dari 3 subyek tersebut.

Subjek Y umur 20 tahun (Minggu, 18 Oktober 2020) mengatakan memiliki pacar mengaku pernah melakukan pegangan tangan, perlukan, berciuman tapi tidak pernah terpikirkan untuk berhubungan badan karena subjek masih memikirkan masa depannya dan takut hamil diluar nikah. Ketika subjek ingin

memenuhi hasrat hanya dibantu dengan video porno lewat aplikasi di *handphone* biar terjadi rangsangan dari pada harus mengorbankan pacarnya.

Subjek W umur 21 tahun (Minggu, 18 Oktober 2020) yang mempunyai pacar ini mengaku pernah melakukan perilaku seksual mulai dari pegangan tangan, ciuman hingga berhubungan badan. Subjek melakukannya karena mulai dari coba- coba, ingin tahu lebih tentang hubungan seksual itu bagaimana sampai akhirnya ketagihan. Di satu sisi subjek merasa takut akan terjadi hal yang tidak diinginkan tetapi di satu sisi merasakan sesuatu yang berbeda. Hal ini terjadi karena subjek tidak bisa menahan hasrat ketika sedang bersama pasangan. Subjek juga terkadang berhubungan badan dengan orang lain yang kenal di tempat dugem (dunia gemerlap) atau bar dengan tujuan coba- coba dan ingin mengetahui lebih.

Subjek D umur 20 tahun (Minggu, 18 Oktober 2020) yang memiliki pacar ini pernah melakukan pegangan tangan, berpelukan hingga berciuman belum sampai pada tahap berhubungan badan. Subjek melakukan karena ajakan dari pasangannya dan sering melakukan di dalam kamar kos yang jauh dari pantauan orang lain.

Dari wawancara yang dilakukan, peneliti melihat adanya peluang bagi mahasiswa dalam berperilaku seksual bersama pasangannya mulai dari coba-coba hingga berhubungan badan. Kurangnya pengawasan orang lain dan kontrol diri yang tinggi sehingga mereka tidak memikirkan dampak yang mereka dapat setelah melakukannya. Memprihatinkannya lagi, ia melakukan hubungan seksual bukan hanya dengan satu orang saja, namun berganti-ganti pasangan. Beberapa individu berpikir bahwa mengobrol, jalan- jalan, nonton, berpelukan hingga ciuman merupakan hal yang wajar dilakukan bagi orang pacaran, sehingga

membuat mereka ingin mengeksplor lebih dari tubuh pasangannya. Hal ini akan berdampak buruk bagi dirinya sendiri maupun bagi pasangan masa depannya ketika tidak memperhatikan akibat dari melakukan tindakan seksual tersebut.

Fakta tersebut tidak hanya ditunjukkan dengan hasil penelitian dan wawancara saja, beberapa kasus nyata penyebab dari melakukan tindakan seksual juga terbukti dilakukan oleh remaja di Indonesia. *World Health Organization* (WHO) tahun 2010 mengatakan bahwa terdapat 210 juta remaja setiap tahunnya di seluruh dunia yang hamil dan diantaranya terdapat 46 juta remaja yang melakukan aborsi karena nafsu selama berpacaran. Akibat melakukan aborsi tidak aman, terdapat 70.000 kematian pada remaja dan 4 juta remaja lainnya mengalami kesakitan serta kecacatan seumur hidup (Nurhapipa, Alhidayati, & Ayunda, 2017). Selain itu, survei menurut Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) yang dilakukan pada tahun 2018 pada remaja usia 15- 24 tahun mengungkapkan bahwa terdapat sekitar 2% remaja wanita dan 8% remaja pria pernah melakukan hubungan seksual pranikah, bahkan 11% dari remaja wanita diantaranya mengaku mengalami kehamilan yang tidak diinginkan dan jumlah ini merupakan jumlah yang besar (Qudsiya, 2020).

Menurut Sarwono (2011) masalah seksualitas pada remaja timbul karena faktor-faktor berikut, yaitu meningkatnya libido seksual, tabu- larangan, kontrol diri, kurangnya informasi tentang seks, kurangnya komunikasi antara orang tua dengan anak dan pergaulan bebas. Jadi, kontrol diri merupakan salah satu faktor penyebab remaja melakukan perilaku seksual pranikah. Menurut Qudsiya (2020) faktor kontrol diri sangat berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah karena adanya hubungan antara kontrol diri dengan kemampuan seseorang untuk mengatur dorongan seksual yang muncul. Kontrol diri dibutuhkan oleh remaja

agar dapat membentengi diri dan mengarahkan perilaku ke arah yang sehat sesuai dengan norma yang berlaku (Supratiwi dkk, 2011).

Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron & Risnawati, 2017), kontrol diri adalah kemampuan individu dalam membimbing, mengatur, mengarahkan serta menyusun perilaku ke arah yang lebih positif. Kontrol diri diharapkan menjadi salah satu penghubung yang baik untuk menghindari penyimpangan perilaku yaitu perilaku seksual pranikah. Menurut Supratiwi, dkk (2011) mengemukakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan impuls-impuls yang mengarahkan pada kecenderungan berperilaku yang tidak diinginkan dengan melakukan kontrol terhadap perilaku, kognitif, dan kontrol dalam pengambilan keputusan.

Beberapa aspek kontrol diri menurut Averill yaitu kemampuan mengontrol perilaku (*Behavior Control*), kemampuan mengontrol kognitif (*Cognitive Control*), kemampuan mengontrol pengambilan keputusan (*Decesional Control*) (Ghufron & Risnawati, 2017). Perilaku seksual pranikah muncul akibat kontrol diri yang rendah terhadap pengaruh dari lingkungan sekitar yang kuat serta pengendalian diri yang lemah dari rangsangan yang muncul (Dewi, 2014). Tetapi seseorang dengan tingkah laku yang baik dalam situasi apapun akan memiliki kontrol diri yang tinggi (Ghufron & Risnawati, 2017).

Pentingnya membentuk kesadaran seseorang akan kontrol diri agar tidak merugikan diri sendiri, keluarga dan juga lingkungan sekitar dari tindakan perilaku seksualnya tersebut. Diperlukannya kontrol diri untuk membantu individu dalam menguasai kemampuannya yang terbatas serta mengatasi hal-hal yang tidak diinginkan di masyarakat sekitar. Meningkatnya rasa ingin yang tinggi membuat remaja melakukan dan mempelajari masalah seksualitas, sehingga

perlu adanya kontrol diri. Seseorang diharuskan mengontrol diri karena dua alasan, yaitu pertama, karena harus menyesuaikan dengan lingkungan sekitar agar tidak merugikan orang lain dan yang kedua, adanya standar dari masyarakat untuk menjadikan individu yang lebih baik bagi dirinya (Calhoun & Acocella, 1990 dalam Ghufron & Risnawati, 2017).

Ketika seseorang memiliki kontrol diri, ia akan berusaha untuk menjalankan, menerima, dan melakukan hal-hal yang tidak menyimpang. Kontrol diri sangat berkaitan dengan cara individu mengendalikan emosi dan mengendalikan dorongan dari dalam dirinya untuk melakukan hal baik ataupun buruk (Ghufron & Risnawati, 2017). Salah satu cara remaja melampiaskan dorongan seksual yaitu menahan diri dengan berbagai cara, misalnya menyibukkan diri ke hal yang positif. Ketika remaja bisa melakukan cara tersebut berarti mereka mampu mengontrol dirinya dan mengubah hal negatif ke hal yang positif (Qudsiya, 2020). Perubahan dalam kehidupan seksual dijadikan salah satu alasan remaja memiliki kebutuhan untuk mengontrol dirinya. Perubahan kehidupan seksual ini meliputi semakin tinggi informasi di media yang berkaitan dengan seksualitas yang memudahkan remaja untuk mengakses dan menggali informasi seksualitas, banyaknya penyakit seksual yang timbul, dan semakin banyak perilaku pacaran remaja yang mengarah ke hal negatif sehingga tingginya dampak perilaku seksual pranikah tersebut (Istiqomah & Notobroto, 2016).

Remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga mereka akan bertindak untuk hal-hal yang menyenangkan termasuk memenuhi hasrat seksualnya dalam bentuk apapun. Individu yang memiliki kontrol diri rendah tidak dapat mengatur,

mengarahkan serta menuntun perilakunya (Suwarti & Pinandita, 2014). Rendahnya kontrol diri mengakibatkan banyaknya fenomena perilaku seksual pranikah yang dilakukan oleh remaja saat ini. Seperti pada jurnal Dewi (2014) yang dilakukan di sebuah perguruan tinggi Semarang yang meneliti 160 subjek. Peneliti melakukan observasi di kos-kosan, terdapat lebih dari 50% mahasiswa yang sudah melakukan hubungan seksual pranikah termasuk dalam kategori tinggi. Lebih dari 50% mahasiswanya memiliki kontrol diri yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya kontrol diri maka perilaku seksual pada mahasiswa akan terkontrol.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat dipahami bahwa mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang rendah dapat mempengaruhi perilaku seksual pada mahasiswa. Melihat perilaku seksual dalam berpacaran yang dilakukan oleh mahasiswa saat ini, peneliti tertarik untuk mendalami permasalahan tersebut secara lebih lanjut mengenai hubungan *self-control* dengan perilaku seksual pranikah dalam mahasiswa. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan yang diteliti adalah “Apakah terdapat hubungan antara *self-control* dengan perilaku seksual pranikah pada mahasiswa di Semarang?”.

1.2. Tujuan Penelitian

Peneliti ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self-control* dengan perilaku seksual pranikah pada mahasiswa.

1.3. Manfaat penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Peneliti ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan khusus dalam bidang Psikologi Klinis mengenai perilaku seksual pranikah dan *self-control*.

1.3.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi lebih mendalam mengenai perilaku seksual pranikah dan *self control* yang terjadi saat ini, terutama dikalangan mahasiswa yang telah memasuki masa remaja.

