

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN HUBUNGAN SEKS  
PRA NIKAH PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI



Zefanya Hymta Saphira  
16.E1.0039

PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2021

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN HUBUNGAN SEKS  
PRA NIKAH PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi  
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Zefanya Hymta Saphira

16.E1.0039



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2021

**HALAMAN PENGESAHAN**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas akhir Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

15 Juli 2021

Mengesahkan  
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si)

**Pembimbing Skripsi**

**Dewan Penguji**

(Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS)

(Dr., Dra. Lucia Hernawati MS.)

(Damasia Linggarjati Novi Parmitasari, S.Psi., MA.)

(Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS)

## PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan



Semarang, 30 Juni 2021

*Yang menyatakan*



Zefanya Hynta Saphira

16.E1.0039

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN  
AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Zefanya Hymta Saphira

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Hubungan Seks Pra Nikah pada Dewasa Awal”. Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif in Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formarkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 17 Juli 2021

Yang menyatakan



Zefanya Hymta Saphira

16.E1.0039

**MOTTO**

*“Everything will be okay in the end. If it’s not okay,  
it’s **not the end**”*

-John Lennon



## UCAPAN TERIMAKASIH

“Akhirnya” adalah kata pertama yang penulis ucapkan setelah berhasil menyelesaikan penelitian yang berjudul Hubungan Kontrol Diri dengan Hubungan Seks Pra nikah. Penulis menyadari bahwa penelitian ini tidak jauh dari ketidaksempurnaan dan kekurangan, tetapi tidak lepas juga dari banyaknya dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus yang selalu memberkati dan melindungi penulis dari awal perkuliahan hingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
3. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak dukungan tenaga, waktu, pikiran, dan kesabaran mendampingi penulis dalam menyusun skripsi ini.
4. Seluruh dosen, staff tata usaha Fakultas Psikologi dan staff perpustakaan Universitas Katolik Soegijapranata yang telah banyak membantu selama penulis menempuh studi hingga mengerjakan penelitian ini.
5. Momsil, Mas Jeffry, dan Papa yang tidak pernah berhenti menanyakan “Sampai mana skripsinya dek?” yang menjadi penyemangat penulis menyelesaikan skripsi ini. *Family Matter!*
6. Ign. Alfa yang memilih untuk pulang ke Semarang dan selalu mengingatkan penulis untuk fokus menyelesaikan studi ini serta selalu sabar untuk mendengarkan keluh kesah penulis setiap saat. *It's time to make another goals, love!*

7. Sandro Setiawan sahabat penulis dari bangku SMP yang tidak pernah lelah untuk menyemangati dan memarahi penulis untuk segera menyelesaikan skripsi ini, terimakasih atas semua *positive affirmation* nya. *Cheers for another years, mate!*
8. Ivana, Pedora, Agnes, dan Melia yang terus mendukung penulis dari awal hingga berganti judul ini, dukungan kalian sangat berarti bagi penulis. *You guys have a place in my heart for free <3.*
9. Sahabat “Apa Ya” yang mau menjadi sahabat penulis dari awal PTMB hingga penulis menjadi yang terakhir diantara kalian, terimakasih atas dukungan, memori, kesabaran, canda tawa, dan semua nya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu karena *you guys unreplacable.*
10. Sahabat “dunia binatang” yang selalu memberi dukungan dari berbagai “dimensi”. Penulis bersyukur kenal kalian hingga saat ini, terimakasih telah membantu penulis mendapatkan responden dengan mudah. *Now, it's my turn to get a life, right?*
11. Rekan “Gumun” dan “Biman-Sherin” terimakasih atas dukungan dan canda tawa nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. *Cheers!*
12. Olin, Nida, Edwin, Ageng, Samario, Lauren, Debby, Mas Dito yang menjadi lingkaran pertemanan penulis yang pertama ketika masuk ke Rumah Antonius, tanpa kalian penulis tidak akan jadi seperti sekarang, *see you on top!*
13. Kepada semua responden yang sudah mengisi skala penulis, berkat kalian karya ini berhasil. *Thanks a lot, guys!*
14. Berbagai pihak yang pernah meremehkan dan meragukan apakah penulis bisa menyelesaikan ini, terimakasih atas semuanya. *I DID IT!*



Akhir kata, penulis mengucapkan syukur dan terimakasih kepada seluruh pihak yang sudah membantu meskipun penulis tidak bisa menyebutkan satu persatu tetapi penulis mendoakan bahwa kebaikan akan berbalik kembali kepada kalian semua. Semoga karya ini dan penulis sendiri dapat terus berkembang dan berguna.

Penulis



Irfan H.S.

## DAFTAR ISI

Judul .....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Pernyataan.....	iii
Halaman Pernyataan Akademis .....	iv
Motto.....	v
Ucapan Terimakasih .....	vi
Daftar Isi .....	ix
Daftar Tabel .....	xi
Daftar Lampiran.....	xii
Abstrak.....	xiii
<i>Abstract</i> .....	xiv
BAB 1 Pendahuluan.....	1
1.1 1	
1.2 5	
1.3 5	
1.3.1. 5	
1.3.2. Manfaat praktis .....	6
BAB 2 Tinjauan Pustaka .....	7
2.1. Hubungan Seks Pra Nikah .....	7
2.1.1. 7	
2.1.2. Aspek-aspek hubungan seks pra nikah pada individu dewasa awal.....	8
2.1.3. Faktor-faktor yang memengaruhi hubungan seks pra nikah .	9
2.2. Kontrol Diri.....	13
2.2.1 Pengertian kontrol diri .....	13
2.2.2 Jenis-jenis kontrol diri.....	14
2.3. Dinamika kontrol diri dengan hubungan seks pra nikah pada dewasa awal.....	16
2.4. 18	
BAB 3 Metode Penelitian .....	19
3.1 19	
3.2 19	
3.3 20	

3.3.1.	20	
3.3.2.	20	
3.4	21	
3.4.1.	21	
3.4.2.	21	
3.5	21	
3.5.1.	22	
3.5.2.	23	
3.6	23	
3.6.1.	23	
3.6.2.	24	
3.7.	24	
BAB 4 Pengumpulan Data Penelitian .....		25
4.1.	25	
4.2.	26	
4.2.1.	26	
4.2.2.	27	
4.3.	27	
4.4.	28	
4.4.1.	28	
4.4.2.	29	
BAB 5 Hasil Penelitian dan Pembahasan.....		30
5.1.	30	
5.1.1.	30	
5.1.1.1.	30	
5.1.1.2.	31	
5.1.2.	31	
5.2.	31	
BAB 6 Kesimpulan dan Saran .....		34
6.1.	34	
6.2.	34	
Daftar Pustaka .....		36
Lampiran.....		40

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1. Blueprint Skala Hubungan Seks Pra Nikah.....	22
Tabel 3. 2.Blueprint Skala Kontrol Diri.....	23
Tabel 4. 1.Blueprint hubungan seks pra nikah.....	26
Tabel 4.2. Blueprint kontrol diri.....	27
Tabel 4. 3. Tabel Rincian CFA Skala Hubungan Seks Pra Nikah .....	28
Tabel 4.4. Tabel Rincian CFA Skala Kontrol Diri .....	29



## DAFTAR LAMPIRAN

### LAMPIRAN

#### LAMPIRAN A: Skala Penelitian

A.1 Skala Hubungan Seks Pra Nikah ..... 42

A.2 Skala Kontrol Diri ..... 46

#### LAMPIRAN B: Data Penelitian

B.1 Data Hubungan Seks Pra Nikah ..... 49

B.1 Data Kontrol Diri ..... 53

#### LAMPIRAN C: Validitas dan Reliabilitas

C.1 Validitas Dan Reliabilitas Skala Hubungan Seks Pra Nikah ... 58

C.2 Validitas Dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri ..... 64

LAMPIRAN D: Uji Normalitas ..... 69

LAMPIRAN E: Uji Linieritas ..... 73

LAMPIRAN F: Uji Hipotesis ..... 76

#### LAMPIRAN G: Surat Perizinan Penelitian

G.1 Surat Izin Penelitian ..... 79



## ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan hubungan seks pra nikah pada dewasa awal. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian kali ini adalah terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan hubungan seks pra nikah pada dewasa awal; semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah peluang individu dewasa awal melakukan hubungan seks pra nikah dan sebaliknya. Penelitian ini memiliki populasi dengan ciri pria atau wanita berusia 18-40 tahun, sudah pernah melakukan hubungan seksual pra nikah dan berdomisili di Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala kontrol diri dan skala hubungan seks pra nikah. Peneliti menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* untuk melakukan uji hipotesis. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan hubungan seks pra nikah pada individu dewasa awal. Hal ini ditunjukkan dengan hasil  $r=0,272$  dengan  $p<0,05$ .

**Kata Kunci:** Kontrol Diri, Hubungan Seks Pra Nikah, Dewasa Awal



## **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-control with premarital sex in early adulthood. The hypothesis of this study is there is a negative relationship between self-control and premarital sex in early adulthood; the higher self-control, the lower chance of early adult individuals having premarital sex and otherwise. The characteristics of the population are man or woman aged 18-40 years old who have had premarital sex and domiciled in Semarang. This study uses quantitative method with a scale of self-control and a scale of premarital sex. Researcher used Pearson Product Moment correlation technique to test the hypothesis. The results of this study show that there is relationship between self-control with premarital sex in early adulthood. This indicated by the results of  $r = 0,272$  with  $p < 0,05$ .*

**Keyword:** *Self-Control, Premarital Sex, Early Adulthood*

