

# SELF CONTROL PADA REMAJA PELAKU SEKS PRANIKAH

**Ajeng Uummy Fadhila**

Institut Agama Islam Negeri Ponorogo

[ajengummy2000@gmail.com](mailto:ajengummy2000@gmail.com)

## **Abstrack**

*In an Islamic perspective, premarital sex is known as adultery. This means that sexual relations between a man and a woman are not subject to a valid marriage according to Islamic law. But premarital sex among teenagers has become the norm, not something new. The purpose of this research is to identify the factors that cause premarital sex in adolescents, and the forms of behavior change due to self control by adolescents. This study uses a type of qualitative research, collecting data using observation and interview techniques. The data analysis technique used is data reduction, data presentation, drawing conclusions and data validation techniques. In this study, the results obtained were that the factors causing premarital sex behavior experienced by adolescents were caused by curiosity about premarital sex experienced by adolescents and there were family factors and environmental factors. The form of behavior change that occurs due to self control in premarital sex offenders in adolescents uses behavioral control, cognitive control and decision making. And there are forms of behavior change experienced by adolescents after having premarital sex, namely stopping having premarital sex.*

**Keywords: Self Control, Youth, Premarital Sex.**

## **Abstrak**

*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.*

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

## PENDAHULUAN

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 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.<sup>1</sup> Perilaku 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.

Menurut Ghufroon dan Rini, pengendalian diri diartikan sebagai kemampuan untuk membimbing, mengarahkan, mengatur, dan mengarahkan perilaku seseorang ke arah yang positif ketika berhadapan dengan kondisi lingkungan sekitar.<sup>2</sup> Menurut Gottfredson dan Hirschi, perbedaan sifat individu dalam menghadapi perilaku seperti kejahatan, dan perilaku yang hanya mempertimbangkan kesenangan dan bukan konsekuensi jangka panjang disebut pengendalian diri.<sup>3</sup> Averill berpendapat bahwa kontrol diri merupakan variabel psikologis

---

<sup>1</sup> 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.

<sup>2</sup> M. Nur Ghufroon & Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-uzz Media, 2011), 21.

<sup>3</sup> Travis Hirschi, Michael R. Gottfredson, *The Generality Of Deviance*, (America: The united of America, 1993), 2.

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 suatu yang diyakini.<sup>4</sup> Dalam Kamus Lengkap Psikologi oleh J. P. Chaplin, *Self-Control* adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintang impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.<sup>5</sup>

Thompson mengartikan kontrol diri sebagai suatu keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil-hasil yang diinginkan lewat tindakan diri sendiri. Karena itulah menurutnya, perasaan dan kontrol dapat dipengaruhi oleh keadaan situasi, tetapi persepsi kontrol diri terletak pada pribadi orang tersebut, bukan pada situasi. 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.

Perubahan adalah proses terjadinya peralihan atau perpindahan dari status tetap (statis) menjadi status tetap yang bersifat dinamis, artinya dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang ada, mencakup keseimbangan sosial individu maupun organisasi agar dapat menerapkan ide atau konsep tersbaru dalam mencapai suatu tujuan.<sup>6</sup> 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.<sup>7</sup> 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 merupakan apa yang dilakukan seseorang atau apa yang diamati seseorang. Perilaku juga bagian dari fungsi seseorang yang terlibat dalam suatu tindakan yang merupakan respon atau reaksi terhadap stimulus.<sup>8</sup> Perilaku merupakan keseluruhan atau totalitas dari kegiatan belajar berdasarkan pengalaman sebelumnya dan dipelajari melalui

---

<sup>4</sup> Averill, J. F., *Personal Control Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress*, Psychological Buletin, No. 80. 1973, 20

<sup>5</sup> J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006), 450.

<sup>6</sup> Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*, (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 185-186.

<sup>7</sup> Mahdalela, *Pengembangan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: Psikosain, 2017), 70.

<sup>8</sup> 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.

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.<sup>9</sup> 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.

Perubahan perilaku adalah suatu paradigma bahwa seseorang akan berubah sesuai dengan apa yang seseorang pelajari baik dari keluarga, teman, sahabat ataupun belajar dari diri sendiri, proses pembelajaran diri inilah yang dapat membentuk seseorang, sedangkan pembentukan tersebut sangat disesuaikan dengan kondisi dan kebutuhan orang tersebut baik dalam kesehariannya maupun dalam keadaan tertentu.<sup>10</sup>

Seks adalah mekanisme di mana manusia terus turun. Seks pra nikah 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. Seksualitas dapat didefinisikan sebagai suatu bentuk perilaku yang didorong oleh hasrat heteroseksual atau homoseksual. 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.<sup>11</sup>

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

Melihat kondisi demikian, peneliti tertarik untuk menelaah lebih dalam terkait seks pranikah yang dilakukan oleh remaja di Desa Gundk 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. Bertitik tolak dari latar belakang, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Apa faktor penyebab perilaku seks pra nikah pada remaja pelaku seks pra nikah di

---

<sup>9</sup> Pieter, H. Z., & Lubis, N. L, *Pengantar Psikologi dalam Keperawatan*, (Jakarta: Kencana, 2017), 37.

<sup>10</sup> Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*, (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017), 186-187

<sup>11</sup> Daryanto, Tiffany, *Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang, Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009), 30.

Desa Gundik Ponorogo dan Bagaimana bentuk perubahan perilaku yang terjadi karena adanya *self control* pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penyebab perilaku seks pra nikah pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik Ponorogo dan untuk mengetahui bentuk perubahan perilaku yang terjadi karena adanya *self control* pada remaja pelaku seks pra nikah di Desa Gundik.

#### 1. Manfaat Teoritis

- a. Memberi wacana baru tentang *self control* yang dilakukan oleh remaja pelaku seks pra nikah Di Desa Gundik, sehingga memungkinkan peneliti-peneliti selanjutnya bisa menjadikan penelitian ini sebagai landasan teori.
- b. 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. 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. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan kajian guna menambah wawasan dan pengetahuan serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

### **METODE 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.<sup>12</sup> Pendekatan ini menggunakan teknik observasi dan wawancara di lapangan. Subjek penelitian ini adalah 3 remaja perempuan yang ada Di Desa Gundik Ponorogo. Tipe penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang bermaksud untuk mendapatkan gambaran umum tentang *self control* terhadap remaja pelaku seks prs nikah Di Desa Gundik Ponorogo.

Data yang diperoleh disusun secara sistematis kemudian dianalisis secara kualitatif untuk mencapai kejelasan masalah yang dibahas. Deskriptif yang dimaksud disini adalah dengan menuturkan dan menggambarkan apa adanya sesuai dengan permasalahan yang

---

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

diteliti, dari hasil penelitian tersebut kemudian ditarik sebuah kesimpulan yang merupakan jawaban yang diangkat dari permasalahan penelitian.

Sedangkan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Penelitian metode studi kasus adalah dimana peneliti melakukan eksplorasi secara mendalam terhadap program, kejadian, proses, aktivitas, terhadap satu atau lebih orang. Suatu kasus terikat oleh waktu dan aktivitas dan peneliti melakukan pengumpulan data secara mendetail dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data dan dalam waktu yang berkesinambungan.<sup>13</sup> Pendekatan studi kasus dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk memeriksa secara rinci kasus sosial, yaitu kasus *self control* pada remaja pelaku seks pra nikah Di Desa Gundik secara nyata dan apa adanya. Dalam hal ini peneliti mencoba menggambarkan kasus *self control* pada remaja pelaku seks pra nikah dari prespektif korban.

Berdasarkan sumber datanya, maka pengumpulan data dapat menggunakan data primer dan data sekunder. Data primer merupakan sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data dan sumber data sekunder merupakan sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya melalui orang lain atau lewat dokumen.<sup>14</sup> Sumber data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah keterangan yang didapat dari subjek yang berasal dari narasumber berjumlah tiga orang remaja Di Desa Gundik Ponorogo yang pernah mengalami seks pra nikah.

Sedangkan sumber data sekunder yang dipakai adalah sumber tertulis seperti sumber buku, majalah ilmiah, dan dokumen-dokumen dari pihak yang terkait. Kemudian data yang ditemukan akan diolah didasarkan pada setiap perolehan data dari catatan lapangan, direduksi, dideskripsikan, dianalisis, kemudian ditafsirkan. Fakta-fakta yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu tentang *self control* pada remaja pelaku seks pra nikah. Maka peneliti mengawali analisis data dengan memaparkan fakta-fakta atau data-data yang ditemukan di lapangan yang dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan dokumentasi, kemudian dibandingkan dengan teori yang relevan penelitian, dan tahap akhir adalah peneliti melakukan penarikan kesimpulan.

---

<sup>13</sup> Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R D, (Bandung: Alfabeta, 2016), 17.

<sup>14</sup> Ibid.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

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

#### 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.

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.<sup>15</sup>

- a. 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.
- b. 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 dengan pacarnya, walaupun awalnya subjek kedua ini juga menolak tapi subjek kedua ini pun juga melakukan hal tersebut dengan pacarnya.
- c. 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.

---

<sup>15</sup> 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.

## 2. Faktor Keluarga

- a. Subjek pertama ini masih bisa kumpul dengan lengkap, tetapi adanya kekangan dari orang tua mereka, membuat subjek pertama memberontak ingin melakukan apa yang ia inginkan.
- b. Subjek kedua ini kurangnya figur orang tua dalam memberikan kontrol dan pengawasan pada anak mereka. Hal ini terlihat dari kurangnya figur ayah pada. 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.
- c. Subjek 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 dengan orang tua, 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.

## 3. Faktor Lingkungan

- a. 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
- b. 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.
- c. 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.



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

### **1. Kontrol Perilaku**

- a. 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.
- b. 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.
- c. 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.

### **2. Kontrol Kognitif**

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

- b. 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.
  - c. 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.
3. Pengambilan Keputusan
- a. 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.
  - b. 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 mungkin memilih terhadap laki-laki yang hanya ingin melakukan hubungan seks pra nikah saja dalam hubungan.
  - c. 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.

#### 4. Perubahan Perilaku Setelah Adanya *Self Control*

- a. 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.
- b. 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.
- c. 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.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikumpulkan dan dipaparkan dapat ditarik kesimpulan bahwa:

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.

Hasil penelitian yang telah dikumpulkan dan dipaparkan bahwa:

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 RUJUKAN**

- Amir B Marvasti, *Qualitative Research in Sociology*, (London: Sage Publications, 2004)
- 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.
- Averill, J. F., *Personal Control Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress*, Psychological Buletin, No. 80. 1973
- Daryanto, Tiffany, *Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang, Hubungan antara Religius dengan Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa Indekost di Malang*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2009)
- Irwan, *Etika dan Perilaku Kesehatan*, (Yogyakarta: CV Absolute Media, 2017)
- J. P. Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, Terj. Kartini Kartono, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2006)
- M. Nur Ghufron & Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta: Ar-uzz Media, 2011)
- Mahdalela, *Pengembangan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: Psikosain, 2017)
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Maisyarah, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*, (Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021)

- Pieter, H. Z., & Lubis, N. L, *Pengantar Psikologi dalam Keperawatan*, (Jakarta: Kencana, 2017)
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R D*, (Bandung: Alfabeta, 2016)
- Travis Hirschi, Michael R. Gottfredson, *The Generality Of Deviance*, (America: The united of America, 1993)
- 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)