

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latarbelakang Masalah

Remaja dalam arti *adolescence* berasal dari kata latin yaitu *adolescere* yang artinya tumbuh ke arah kematangan. Kematangan di sini tidak hanya kematangan fisik, tetapi juga kematangan sosial-psikologis (Sarwono, 2016). Perubahan fisik yang terjadi diantaranya timbul proses pematangan organ reproduksi dan terjadi perubahan secara psikologis. Hal ini mengakibatkan perubahan sikap dan tingkah laku seperti mulai tertarik dengan lawan jenis, berusaha menarik perhatian dan muncul perasaan cinta yang kemudian akan muncul dorongan seksual. Munculnya dorongan seksual karena pada masa remaja cenderung memiliki tingkat seksual yang tinggi, sehubungan dengan mulai matangnya hormon seksual dan organ-organ reproduksi. Perasaan suka terhadap lawan jenis atau tertarik dengan lawan jenis merupakan proses perkembangan sosial remaja yang sering diungkapkan dengan istilah berpacaran. Perubahan aspek psikologis pada remaja ditandai dengan rasa ingin tahu yang tinggi, gemar berpetualang, dan lebih berani mengambil resiko ketika remaja melakukan sesuatu tanpa berpikir panjang (Harsanti, 2012).

Menurut Santrock (2003) pacaran adalah penjajakan antar pribadi untuk saling menjalin cinta kasih. Hubungan pacaran yang dilakukan oleh remaja memiliki arti penting bagi remaja yang berpacaran. Secara umum seseorang berpacaran adalah untuk menikmati kebersamaan bersama orang lain, sehingga dengan berpacaran seseorang merasakan cinta, kasih sayang, penerimaan lawan

jenis dan rasa aman dari pacar. Rahman & Hirmaningsih (dalam Mayangsari & Rochman, 2000) mengungkapkan adanya dorongan seksual dan rasa cinta membuat remaja ingin selalu dekat dan mengadakan kontak fisik dengan pacarnya, kedekatan inilah yang akhirnya akan mengarahkan para remaja terjerumus untuk melakukan seks pranikah.

Menurut hasil observasi kesehatan reproduksi remaja Indonesia yang dilakukan oleh BPS tahun 2012-2013, Fenomena perilaku seks pranikah saat ini banyak terjadi di kota-kota besar di Indonesia dan sebagian besar berasal dari kalangan remaja. Remaja bahkan tidak segan-segan memperlihatkan dan menunjukkan aktivitas seksual di depan umum dan beranggapan bahwa berpegangan tangan dan berciuman itu masih dalam hal yang wajar untuk diberikan kepada pasangan. Remaja belum mampu mempertimbangkan dengan tepat perilaku yang akan dilakukannya dan sebenarnya perilaku yang remaja lakukan, yaitu berpegangan tangan dan berciuman itu adalah awal yang akan mengarah ke perilaku yang lebih intim. Remaja putri juga kesulitan untuk mengungkapkan apa yang dirasakannya dikarenakan takut ditinggalkan oleh pasangannya, takut diputuskan oleh pasangannya dan lebih banyak menghindari konflik dengan pasangan.

Hasil data Riskesdas (2010) yang menunjukkan bahwa distribusi frekuensi menurut umur pertama kali melakukan aktivitas seksual, survei yang dilakukan oleh *Youth Center* Pilar PKBI (2011) tentang perilaku seksual remaja dan lembaga Kaiser Family Foundation (dalam Agupena, 2011) tentang alasan terjadinya perilaku seksual. Dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Data Riskesdas menurut umur pertama kali melakukan aktivitas seksual.

Umur	Jenis Kelamin	Persentase
15-17 Tahun	Laki-laki	15,1 %
	Perempuan	28 %
18-21 Tahun	Laki-laki	56,96 %
	Perempuan	56,8 %

Sumber: Riskesdas (2010)

Tabel 2. Data Youth Center Pilar PKBI Tentang Aktivitas Perilaku Seksual Remaja.

Aktivitas Seksual	Persentase
Bergandengan tangan	79 %
Berpelukan	53 %
Ciuman pipi	53 %
Ciuman bibir	35 %
Ciuman leher	18 %
Meraba payudara dan kelamin	11 %
Melakukan hubungan seks	8 %

Sumber : PKBI (2011)

Tabel 3. Data Lembaga Kaiser Family Foundation tentang alasan terjadinya perilaku seksual.

Alasan	Jenis Kelamin	persentase
Adanya tekanan dari pasangan	Laki-laki	23 %
	Perempuan	61 %
Adanya pendapat bahwa dirinya telah siap	Laki-laki	28 %
	Perempuan	59 %
Adanya kebutuhan untuk dicintai, pengaruh teman dan tidak memiliki kemampuan untuk menolak pasangan	Laki-laki	28 %
	Perempuan	45 %

Sumber : Lembaga Kaiser Family Foundation (2011).

Menurut survei yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Tahun 2007 dan 2012, alasan para remaja melakukan hubungan seksual pranikah yaitu sebanyak 57,5% pria mengatakan karena penasaran dan ingin tahu, 38% perempuan mengatakan terjadi begitu saja dan 12,6% perempuan mengatakan karena dipaksa oleh pasangan (Depkes, 2015).

Perilaku seks pranikah adalah salah satu bentuk tingkah laku atau rasa cinta yang dilampiaskan dimulai pada tahap berdekatan, berciuman sampai melakukan senggama tanpa adanya ikatan pernikahan (Hurlock, 2002). Salah satu faktor yang berkaitan dengan perilaku seksual pranikah pada remaja yaitu tingkat kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah yang dimiliki oleh remaja. Perilaku seksual yang dilakukan oleh remaja putri menunjukkan bahwa kontrol diri remaja putri saat ini rendah dan belum baik, sehingga perlu upaya untuk meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah tersebut. Santrock (2007) mengatakan bahwa kenakalan yang dilakukan oleh remaja merupakan akibat dari kegagalan remaja dalam mengembangkan kontrol diri yang tidak cukup baik dalam hal tingkah laku. Menurut Ghufron & Risnawati, 2010 kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku individu ke arah yang positif.

Menurut Sarwono (2011) salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku seksual pada remaja adalah kontrol diri. Walgito (2002) mengemukakan bahwa kontrol diri diperlukan untuk mengatur perilaku yang diinginkan dan yang tidak diinginkan pada saat seseorang berhadapan dengan stimulus-stimulus. Kontrol diri merupakan salah satu faktor dari dalam diri manusia yang sangat penting sehingga dapat terhindar dari perilaku seksual pranikah di kalangan remaja, kontrol diri yang tinggi sangat dibutuhkan sehingga seseorang individu tidak gampang terpengaruh oleh stimulus yang bersifat negatif. Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku, yaitu kontrol diri. Menurut Golfried & Marbaum (dalam Suwarti, 2015) kontrol diri

diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Sebagai seorang pelajar yang bertugas untuk belajar, bila mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga mampu memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang belajarnya.

Kontrol diri pada remaja juga mempengaruhi pengendalian emosi terhadap dorongan-dorongan negatif yang berasal dari luar diri individu. Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengarahkan dan mengatur perilaku sehingga mampu membawa pada konsekuensi positif (Puspitasdesi, 2012). Remaja yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Kemampuan untuk mengendalikan dirinya sendiri bahkan menghentikan perilaku yang tidak sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku dalam kehidupan masyarakat, sehingga dengan adanya kontrol diri maka individu akan mampu mengendalikan perilakunya dengan tepat. Sebaliknya, jika individu memiliki kontrol diri yang belum baik terhadap perilaku seksual pranikah, maka ia tidak akan mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya, sehingga akan berperilaku dan bertindak lebih kepada hal-hal yang menyenangkan dirinya, termasuk dengan cara menyalurkan hasrat seksualnya.

Remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah terhadap perilaku seks pranikah tidak akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilakunya. Remaja masih belum mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang mungkin dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang tepat (Suwarti, 2015). Kontrol diri merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh remaja untuk mengendalikan perilakunya. Kontrol diri pada remaja digunakan untuk membantu remaja dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan yang berasal dari luar, khususnya perilaku seksual. Remaja akan mampu untuk menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan segala konsekuensi yang akan dihadapi sehingga mampu untuk berhati-hati dalam memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Oleh sebab itu, kontrol diri sangat diperlukan untuk mampu mengekang hasrat seksual yang belum saatnya untuk dilakukan oleh remaja (Puspitadesi, 2012).

Pada penelitian ini, penekanan pada kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah pada remaja putri. Pentingnya peran kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah pada remaja putri, menurut Nora (2008) adalah berkaitan dengan konsekuensi yang muncul dari perilaku seks tersebut. Remaja putri akan menerima konsekuensi yang lebih berat daripada remaja putra. Konsekuensi tersebut adalah: (1) terjadinya kehamilan yang tidak dikehendaki yang dapat berakhir pada terjadinya aborsi yang tidak hanya membahayakan kesehatan remaja putri tetapi juga keselamatan hidup mereka (*American Academy of*

Pediatric, 2001; Sarwono, 2011). Remaja putri yang hamil di luar nikah semakin meningkat. Data terakhir menunjukkan bahwa sekitar 60 % kelahiran anak di kalangan remaja putri berasal dari kehamilan yang tidak dikehendaki. Usia kehamilan yang terlalu muda tentu saja dapat membahayakan keselamatan ibu dan bayi yang akan dilahirkan (Situmorang, dalam Purnamasari, 2007). Remaja putri yang telah aktif secara seksual akan memiliki resiko yang lebih tinggi untuk mengalami konsekuensi-konsekuensi tersebut. (2) adanya konsekuensi sosial (Purnamasari, 2007) yang berupa cemooh dan penolakan dari masyarakat sekitar yang secara tidak langsung dapat dipersepsikan oleh remaja putri sebagai tanda bahwa dirinya telah dikeluarkan dari suatu sistem sosial. Konsekuensi lainnya adalah tertutupnya kesempatan remaja putri, khususnya yang mengalami kehamilan untuk meneruskan sekolah. Akibatnya kesempatan untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik akan semakin sempit karena terbatasnya pendidikan remaja putri tersebut. Konsekuensi lainnya adalah risiko menjadi orang tua dalam usia yang relatif muda maupun menjadi orang tua tunggal. (3) adanya konsekuensi biologis yaitu adanya risiko terganggunya kesehatan dan risiko kehamilan di usia muda serta risiko kematian bayi yang tinggi. berdasarkan internasional *Conference on Population and Development* dirumuskan bahwa kehamilan yang terjadi pada remaja putri memiliki risiko, yaitu: adanya aborsi ilegal dengan segala komplikasi yang menyertai, adanya morbiditas dan mortalitas persalinan, kelahiran prematur dan BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) pada bayi serta penularan penyakit seksual (Purnamasari, 2007). Remaja putri yang melakukan seks pranikah akan memiliki risiko lebih tinggi terkena kanker mulut rahim dan

jika hal itu dilakukan sebelum usi 17 tahun maka risiko terkena penyakit yang sama akan menjadi 4-5 kali lebih besar. Konsekuensi biologis lainnya adalah kerentanan untuk tertular HIV/AIDS (*American Academy of Pediatrics*, 2001). (4) konsekuensi ekonomi yaitu remaja yang mengalami kehamilan tentu akan membutuhkan biaya perawatan kehamilan dan persalinan. Kehamilan dapat menjadi masalah karena secara ekonomi mereka belum mandiri. (5) konsekuensi psikologis yaitu muncul rasa malu, bersalah dan berdosa (Purnamasari, 2007). Remaja putri akan mengalami perasaan cemas, bingung, stres bahkan sampai pada tingkat depresi.

Kondisi tersebut semakin diperparah dengan adanya mitos-mitos yang berkembang dalam masyarakat yang semakin memojokkan para remaja putri. Sebagai usaha untuk membujuk remaja putri agar mau melakukan aktivitas seksual secara “suka sama suka” maka banyak mitos yang dikembangkan antara lain : hubungan seks yang dilakukan sekali tidak akan menyebabkan kehamilan (Nora, 2008), kehamilan dapat dicegah dengan cara membasuh vagina dengan minuman berkarbonasi, lari-lari atau melakukan *squat jump* segera setelah melakukan hubungan seks. Apabila pencegahan tersebut gagal maka akan berujung pada kehamilan dan lagi-lagi remaja putri itu sendiri yang harus menanggung segala akibatnya dan remaja putri yang akan membawa dampak lebih berat dibandingkan remaja putra (RISKESDAS, 2010).

Kasus-kasus seksualitas di kalangan remaja tidak akan muncul jika remaja putri memiliki kontrol diri yang baik, dimana remaja putri mampu melakukan berbagai macam pertimbangan (yang berkaitan dengan konsekuensi) sebelum

memutuskan untuk melakukan suatu perilaku seksual. Perilaku seksual remaja putri akan menjadi lebih terkendali dan akan diarahkan pada tercapainya suatu konsekuensi yang positif yaitu terhindarnya dari KTD, PMS atau konsekuensi sosial psikologis lainnya, seperti rasa malu, rasa bersalah, ataupun penyesalan (Purnamasari, 2007). Perilaku seksual mampu mempengaruhi kehidupan remaja untuk mengenal lingkungan sosial dalam masyarakat yang dipenuhi dengan norma dan aturan-aturan yang berlaku (Puspitadesi, 2012).

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 14 Februari 2018 pada saat jam istirahat sekolah, diperoleh informasi bahwa 3 orang remaja putri mengaku pernah melakukan aktivitas seksual pranikah. Aktivitas yang remaja putri lakukan yaitu berjalan berdua, berpegangan tangan, berpelukan dan berciuman (pipi, kening bahkan bibir). Remaja putri masih beranggapan bahwa jika hanya berpegangan tangan dan berpelukan itu masih hal yang wajar sebagai bentuk perhatian, jika sudah melakukan hal-hal di luar batas itu yang berbahaya. Remaja putri terkadang tidak mampu mengontrol diri untuk menghindari tidak berpegangan tangan, remaja putri merasa jika hanya sekedar berpegangan tangan hal yang wajar. Remaja putri yang pernah berciuman merasa bahwa antara ingin melakukan tetapi juga takut akan muncul hal-hal negatif yang lebih parah yang akan merusak masa depannya, terkadang remaja putri kesulitan mengontrol dirinya dari hal-hal negatif yang belum boleh ia lakukan. Remaja putri mengaku terkadang tidak dapat mengendalikan perilakunya dengan baik dan belum berani mengambil keputusan dengan tepat sehingga terlibat aktivitas seksual. Observasi yang dilakukan pada tanggal 15 Februari 2018 di sekolah terlihat ada sepasang

remaja putri dan remaja putra yang sedang duduk di kantin sekolah, remaja putra tanpa ragu memegang tangan remaja putri di sampingnya, remaja putri tersebut juga merespon genggamannya akan tetapi sesekali melepaskan genggamannya sambil melirik ke kiri dan ke kanan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara pada tanggal 14-15 Februari 2018 yang didapat di lapangan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja putri memiliki kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah yang rendah/belum baik sehingga memiliki kecenderungan berperilaku seksual tinggi. Pada saat berduaan dengan pacar, remaja putri yang memiliki kontrol diri rendah akan mudah melakukan hal-hal yang belum diperbolehkan misalnya, berpegangan tangan, berpelukan dan berciuman. Perilaku seksual ini dapat terjadi karena kontrol dalam diri remaja kurang atau belum baik sehingga mudah melakukan hal-hal tersebut. Sebaliknya, remaja yang memiliki kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah yang kuat, akan lebih sulit melakukan hal-hal yang tidak diperbolehkan atau yang tidak sesuai dengan norma-norma. Ketika keinginan atau dorongan untuk berperilaku seksual muncul, maka dirinya akan mampu mengendalikan perilaku remaja sehingga seks pranikah tidak akan terjadi.

Dorongan seksual yang timbul memang bukan suatu hal yang aneh, akan tetapi anugerah yang diberikan oleh Tuhan, sehingga ketika dorongan itu muncul remaja harus mampu mengelola tindakannya dengan baik dan mampu dengan cepat untuk memutuskan perilaku yang akan diambil dengan tepat agar tidak sampai melakukan aktivitas seks pranikah. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Runtukahu, Sinolungun & Opod (2015) bahwa kontrol diri

yang rendah terhadap perilaku seks pranikah membuat remaja tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilakunya sehingga muncul tindakan tidak terkontrol seperti perilaku seksual. Chita, David & Pali (dalam Arumasi, 2016) *self control* pada remaja merupakan kapasitas dalam diri yang digunakan untuk mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Kondisi tersebut sekaligus memberikan gambaran betapa lemahnya kontrol diri yang dimiliki oleh remaja. Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah adalah individu yang tidak mampu menahan dirinya dari godaan/keinginan dan lebih menekankan pada tercapainya kesenangan/kenikmatan dengan segera.

Beberapa penelitian yang pernah dilakukan untuk meningkatkan dan membentuk kontrol diri yang baik bagi remaja, seperti pelatihan kontrol diri yang dilakukan oleh Suwarti (2015), pendidikan seksualitas untuk meningkatkan kontrol diri yang dilakukan oleh Purnamasari (2008), pelatihan asertivitas terhadap perilaku seksual pranikah yang dilakukan oleh Nora (2008) dan Nasri (2015) dan peran asertivitas dan kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah yang dilakukan oleh Karyanti (2017). Dengan demikian peneliti berpendapat salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kontrol diri yaitu dengan pemberian pelatihan asertivitas. Pelatihan asertivitas adalah terapi tingkah laku yang berusaha untuk membantu seseorang lebih mudah mengekspresikan perasaan-perasaan yang dirasakan, sehingga mereka belajar untuk mempertanggungjawabkan setiap keputusan yang diambil (Purnamasari, 2008). Pelatihan asertivitas juga merupakan sebuah konsep pendekatan *behavioral* yang digunakan untuk membantu orang-orang mendapatkan hak-haknya secara

sempurna, yaitu dengan mengembangkan *self-esteem* dan melibatkan ekspresi perasaan positif (Alberti & Emmons, dalam Deni & Koentjoro, 2015).

Menurut Lazarus (dalam Karniyanti, 2017) perilaku asertif juga merupakan kemampuan individu dalam mengekspresikan perasaan dan pikiran yang positif atau negatif secara tegas dan bebas dengan tetap memperhatikan perasaan orang lain. Individu lebih mungkin untuk bersikap asertif kepada orang-orang ketika individu merasa percaya diri dan memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Perilaku asertif digunakan untuk mengarahkan individu agar tetap konsisten dan tidak mudah terpengaruh dengan lingkungan yang kurang baik mengingat banyaknya persoalan yang dihadapi oleh remaja. Asertivitas merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan dalam perilaku seks pranikah pada remaja putri.

Adapun alasan pemilihan pelatihan asertivitas karena data lapangan menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah salah satunya dikarenakan ketidakmampuan individu dalam mengontrol perilaku dan tidak dapat membuat keputusan dengan tepat. Pelatihan asertivitas ini juga membantu mengarahkan individu agar tetap konsisten dan tidak mudah terpengaruh dengan lingkungan yang kurang baik bagi remaja. Setiap individu merespon situasi membutuhkan kontrol diri, Kontrol diri setiap individu yang satu dengan yang lainnya tidak lah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri tinggi dan ada juga yang rendah. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu merubah kejadian dan menjadi agen utama dalam mengarahkan dan mengatur perilaku yang membawa pada konsekuensi positif (Widiana, 2004). Individu yang

belum mampu mengatur perilakunya sehingga membiarkan orang lain untuk membuat keputusan atas dirinya. Dengan pelatihan asertivitas, individu diharapkan akan mampu membuat keputusan dengan tepat dengan mempertimbangkan baik dan buruk terhadap perilaku yang akan dilakukannya dan lebih nyaman dalam mengungkapkan apa yang tidak ingin di lakukan.

Melalui pelatihan asertivitas, individu diajarkan dan dilatih untuk mampu mengungkapkan keinginan, membuat keputusan dengan tepat, dan mampu memberikan penolakan terhadap permintaan-permintaan yang tidak sesuai dengan norma-norma di masyarakat dan dapat merugikan diri sendiri (Burley-Allen 1983; Lioyd, 1990). Pelatihan ini akan membantu remaja dalam meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan secara tepat dalam mencegah perilaku seks pranikah dan melatih kemampuan remaja dalam mengungkapkan secara jujur dan terbuka untuk menolak atau menghindari ajakan/paksaan untuk melakukan hal-hal yang tidak diinginkan oleh dirinya tanpa menyakiti perasaan orang lain (Hanafitri, 2015). Remaja akan paham konsekuensi dari setiap keputusan tindakan yang akan ia lakukan dengan berpikir terlebih dahulu sehingga mampu mempertimbangkan segala resiko perilaku sebelum mengambil keputusan. Ketika remaja telah mampu bersikap asertif, maka remaja akan mampu mengelola stimulus yang datang dengan membuat keputusan-keputusan yang baik untuk dilakukan dan remaja akan merasa nyaman dengan setiap tindakan yang telah ia ambil tanpa memberikan orang lain untuk membuat keputusan atas dirinya (Sari, 2013).

Dengan permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka penelitian ini akan mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh pelatihan asertivitas untuk meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah pada remaja putri. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan tersebut maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “apakah pelatihan asertivitas berpengaruh terhadap peningkatan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah pada remaja putri?”.

B. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pelatihan asertivitas untuk peningkatan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah pada remaja.

C. Manfaat

Manfaat yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis, penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat untuk menambah wawasan bagi para disiplin ilmu psikologi khususnya mengenai pelatihan asertivitas untuk meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah.
2. Secara Praktis, penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk membantu para remaja dalam meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah, sehingga diharapkan remaja yang belum mampu bersikap asertif, setelah diberikan pelatihan ini akan memiliki sikap asertif yang baik, sehingga mampu menolak permintaan yang tidak sesuai dengan norma untuk dilakukan dan dapat merugikan dirinya.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian Karniyanti (2017) meneliti “Peran asertivitas dan kontrol diri terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja akhir perempuan di Bangli”. Berdasarkan analisis regresi berganda menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti asertivitas dan kontrol diri secara bersama-sama berperan terhadap perilaku seksual pranikah. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan terletak pada intervensi yang diberikan yaitu peneliti memberikan pelatihan asertivitas sedangkan karniyanti hanya memberikan skala untuk melihat peran antara asertivitas dan kontrol diri apakah berpengaruh atau tidak, kemudian perbedaan terletak pada lokasi penelitian yaitu peneliti berlokasi di Yogyakarta dan Karniyanti di Bangli, dan kemudian perbedaan terletak pada analisis data yang dilakukan, peneliti menggunakan analisis Paired Sample T-Test sedangkan Karniyanti menggunakan analisis Regresi berganda.

Penelitian Purnamasari (2008) meneliti “Efektivitas Pendidikan Seksualitas Terhadap Peningkatan Kontrol Diri Pada Remaja Putri yang telah aktif secara seksual”. Metode analisis data yang digunakan adalah *non parametrik* dengan teknik *independent t-test* dan *paired sample t-test*. Hasil statistik ($Z = -2,074$; $p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa terdapat hasil peningkatan skor kontrol diri terhadap perilaku seksual yang mendapat pendidikan seksualitas. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabelnya dimana peneliti menggunakan pelatihan asertivitas sebagai VB dan Kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah sebagai VT, sedangkan penelitian yang dilakukan Purnamasari menggunakan pendidikan seksualitas sebagai VT. Kemudian perbedaan terletak

pada subjek penelitian yakni peneliti menggunakan 5 orang subjek SMK sedangkan Purnamasari subjek yang digunakan 13 orang yang terdiri dari siswa SMA dan Mahasiswa. Kemudian perbedaan terletak pada desain eksperimen, peneliti menggunakan *one group pretest-posttest design*, sedangkan purnamasari menggunakan *pretest-posttest control group design*.

Penelitian Hanafitri (2015) meneliti “Rancangan Program Intervensi untuk Meningkatkan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Pada Siswa SMP di Kota Bandung”. Metode yang digunakan adalah analisis *descriptive* dengan data yang diperoleh melalui kuisioner. Metode penelitian yang digunakan adalah studi deskriptif yang secara metodologi bertujuan untuk membuat suatu deskripsi atau gambaran secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta yang digunakan sebagai dasar pembuatan rancangan intervensi. Subjek penelitiannya diperoleh dengan metode *cluster random sampling* yang sesuai dengan karakteristik siswa SMP di Kota Bandung. Hasil yang diperoleh yaitu terdapat sebanyak 59,8% siswa memiliki kontrol diri yang sedang terhadap perilaku seksual pranikah, sebanyak 39% siswa memiliki kontrol diri yang lemah, dan sebanyak 12% siswa memiliki kontrol diri yang kuat terhadap perilaku seksual pranikah. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan terletak pada subjek penelitian yaitu peneliti mengambil siswa SMA sedangkan Hanafitri menggunakan siswa SMP, kemudian perbedaan terletak pada jumlah subjek yang digunakan, peneliti menggunakan 6 orang subjek dalam penelitian sedangkan yang dilakukan oleh Hanafitri jumlah subjek yang besar/banyak sekitar 256 orang.

Kemudian perbedaan terletak pada lokasi penelitian, peneliti berlokasi di Yogyakarta sedangkan Hanafitri berlokasi di Bandung.

Penelitian mengenai kontrol diri lainnya adalah yang dilakukan oleh Tice, dkk (2001). Tice, dkk ingin mengetahui mengapa kontrol diri terhadap impuls dapat hilang jika individu berada dalam kondisi tekanan emosi. Adapun subjek penelitiannya adalah para mahasiswa sebanyak 74 orang (43 laki-laki dan 31 perempuan). Eksperimen dilakukan sebanyak 3 kali, dan hasilnya menunjukkan: a) mood dan emosi subjek dapat berubah setiap waktu dan perubahan tersebut dapat mempengaruhi perilaku subjek; b) hasil dari eksperimen kedua menunjukkan bahwa kondisi emosi negatif yang menetap dapat membuat subjek mampu melakukan kontrol diri secara efektif. Artinya jika subjek meyakini bahwa emosi negatif yang ada dalam dirinya tidak akan berubah maka subjek justru akan mengembangkan perilaku yang terkontrol. Sebaliknya jika subjek meyakini bahwa emosi negatif dalam dirinya akan berubah dan hanya bersifat sementara saja maka subjek justru akan mengembangkan perilaku yang impulsif (misalnya makan secara berlebihan atau mencari pemuasan dengan segera). Perilaku impulsif terjadi karena subjek percaya bahwa perilaku impulsif yang dilakukan tidak akan memperbaiki kondisi emosi subjek pada saat itu; c) hasil eksperimen ketiga menunjukkan bahwa saat subjek berada dalam kondisi emosi yang negatif, saat subjek percaya bahwa emosi tidak dapat berubah dan saat subjek mengetahui bahwa alternatif pilihan yang lain (yang mengarah pada terjadinya prokrastinasi) tampak lebih menyenangkan, maka kecenderungan untuk terjadinya prokrastinasi menjadi lebih tinggi.

Penelitian Suwarti (2015) meneliti “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Remaja Ditinjau dari Jenis Kelamin Pada Siswa SMA di Purwokerto”. Metode analisis yang digunakan adalah *regresi* dengan teknik *proportional random sampling*. Analisis regresi sederhana diperoleh bahwa F hitung adalah 1,301 dengan nilai probabilitas sebesar 0,255. F tabel dengan d.ba = 1 dan d.bb = 216 adalah 3,85 pada taraf signifikansi 5%. Oleh karena F hitung < F tabel ($1,301 < 3,850$) dan probabilitas > 0,05 ($0,255 > 0,05$). Maka ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pada diri remaja (siswa SMA) sebesar 1.301 ($p=0.05$). Sedangkan berdasarkan uji beda menampakkan hasil bahwa T hitung adalah - 1.737 dengan nilai probailitas sebesar 0,084. T tabel dengan d.b = 216 adalah 1,960 pada taraf signifikansi 5%. Oleh karena t hitung < t tabel ($-1,737 < 1,960$) dan probabilitas > 0,05 ($0,084 > 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan antar dua kelompok varian atau tidak ada perbedaan kontrol diri terhadap perilaku seksual pada remaja laki-laki dan remaja perempuan. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel bebas yang digunakan yaitu Suwarti menggunakan variabel kontrol diri sebagai variabel bebas sedangkan penelitian ini variabel bebas adalah pelatihan asertivitas, jumlah subjek yang digunakan oleh peneliti 6 orang sedangkan Suwarti menggunakan 218 subjek dari 3 siswa/siswi SMA (SMA, SMKN 1, SMKN 2 dan MAN Purwokerto). Kemudian perbedaan terletak pada jenis kelamin subjek penelitian, peneliti hanya menggunakan subjek perempuan saja sedangkan Suwarti menggunakan laki-laki dan perempuan. Kemudian perbedaan terletak pada analisis data, peneliti hanya menggunakan *Paired Sample T-test* sedangkan

Suwarti menggunakan 2 analisis data yaitu uji t dan analisis regresi. Kemudian perbedaan terletak pada lokasi penelitian, peneliti berlokasi di Yogyakarta, sedangkan Suwarti mengambil lokasi di Purwokerto.

Penelitian Nita & Hari (2016) meneliti Pengaruh Pengetahuan, Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pranikah di Kalangan Remaja SMK di Surabaya. Penelitian ini dilakukan menggunakan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMK kelas XI. Subjek ditarik dari populasi dengan *proportional stratified random sampling*. Sampel penelitian berjumlah 83 responden. Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi square* ($\alpha = 0.05$). Hasil penelitian pengetahuan berpengaruh terhadap kontrol diri ($p = 0.000$; PR = 11.000), pengetahuan berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah ($p = 0.000$; PR = 10.607) dan kontrol diri berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah ($p = 0.000$; PR = 46.970). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah variabel pengetahuan, kontrol diri mempengaruhi perilaku seksual pranikah remaja SMK di Surabaya. Untuk itu perlunya peningkatan pengetahuan remaja terkait dengan perilaku seksual pranikah melalui penyuluhan dalam Program Generasi Berencana (GENRE). Genre merupakan solusi alternatif untuk mengurangi perilaku seksual pranikah. perbedaan dengan penelitian yang dilakukan terletak pada rancangan penelitian yang digunakan yaitu memakai *one group pretest-posttest design*, sedangkan Nita & Hari menggunakan *pretest-posttest control group design*. Kemudian perbedaan terletak pada variabel bebas yang digunakan oleh peneliti yaitu pelatihan asertivitas sedangkan Nita & Hari menggunakan penyuluhan (GENRE). Kemudian perbedaan terletak pada jumlah subjek yang digunakan,

peneliti adalah 6 orang sedangkan Nita & Hari subjek penelitian berjumlah 83 orang. Kemudian perbedaan terletak pada analisis data yang digunakan oleh peneliti yaitu *Paired Sample T-Test* sedangkan Nita & Hari menggunakan uji *Chi Square*. Kemudian perbedaan terletak pada lokasi penelitian, peneliti berlokasi di Yogyakarta, sedangkan Nita & Hari berlokasi di Surabaya.

Dari beberapa penelitian tersebut diatas belum ada penelitian yang sama dengan penelitian yang akan peneliti lakukan. Banyak perbedaan yang dapat dibandingkan dengan penelitian yang telah ada seperti subjek penelitian, lokasi penelitian, variabel bebas, alat ukur dan analisis data yang digunakan dan rancangan penelitian yang digunakan sehingga peneliti tertarik meneliti tentang pelatihan asertivitas pada remaja untuk meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah.