

## GAMBARAN *SELF CONTROL* DALAM PERILAKU SEKSUAL PADA REMAJA ISLAM SMP NEGERI DI KOTA YOGYAKARTA

Nisa Annisa<sup>1</sup>, Rahmah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Ilmu Keperawatan UMY, <sup>2</sup>Dosen Ilmu Keperawatan UMY  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta  
Email: [Nisacaca548@gmail.com](mailto:Nisacaca548@gmail.com)

---

### INTISARI

**Latar belakang** : *Self control* merupakan suatu keputusan yang diambil oleh individu dalam mengatur tindakanya. Fenomena yang terjadi sekarang masih banyak remaja islam yang melakukan perilaku seksual. Hal tersebut dilatarbelakangi oleh tidak adanya larangan dari keluarga untuk berpacaran, tidak menjadikan agama sebagai pedoman dalam bertindak dan budaya yang berkaitan dengan norma/aturan yang berlaku dilingkungan sekitar. **Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self control* dalam perilaku seksual pada remaja islam SMP Negeri di Kota Yogyakarta. **Metode** : Jenis penelitian adalah *non eksprimental* yaitu *deskriptif* . Teknik pengambilan sample pada penelitian ini menggunakan *cluster sampling* didapatkan hasil 4 sekolah yang terdiri dari SMPN 1 Yogyakarta, SMPN 4 Yogyakarta, SMPN 13 Yogyakarta dan SMPN 14 Yogyakarta. Pengambilan sampel menggunakan *proportionate sampling* , total responden sebanyak 107 responden . Instrumen penelitian menggunakan kuesioner berisi 20 pertanyaan dengan menggunakan *skala likert*. Hasil penelitian dianalisa dengan menggunakan analisa univariate. **Hasil** : Gambaran *self control* dalam perilaku seksual pada remaja muslim bahwa 78 responden (73%) dalam kategori baik. **Kesimpulan** : Sebagian besar remaja islam SMP Negeri di Kota Yogyakarta memiliki *self control* dalam perilaku seksual kategori baik.

**Kata Kunci** : *Self control, Perilaku seksual, Remaja Islam*

## ABSTRACT

**Background:** *Self Control is a decision taken by an individual in managing his actions. The phenomenon that is happening now is that there are still many islamic adolescents who engage in sexual behavior. This is motivated by the absence of a ban from the family to date, not to make religion a guideline in acting and a culture related to the norms / rules around the environment which prohibits premarital sexual behavior.*

**Purpose:** *This study aims to describe self control in sexual behavior in Islamic adolescents in state junior high schools in the city of Yogyakarta.*

**Method:** *This study uses a non-experimental namely descriptive. The sampling technique in this study used cluster sampling and obtained 4 schools consisting SMPN 1 Yogyakarta, SMPN 4 Yogyakarta, SMPN 13 Yogyakarta and SMPN 14 Yogyakarta. using proportionate sampling, the total respondents were 107 respondents. The research instrument used a questionnaire containing 20 questions using a likert scale. The results of the study were analyzed using univariate analysis.*

**Results:** *Based on univariate analysis showed self control in sexual behavior that 78 respondents (73%) were in the good category.*

**Conclusion:** *It is expected that Muslim adolescents can maintain self control well especially in sexual behavior.*

**Keywords :** *Self control, Sexual behavior, Islamic adolescents*

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang penting karena pada masa remaja akan menentukan bagi kehidupan selanjutnya. Masa remaja adalah periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi secara fisik, psikologis maupun intelektual. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan bahwa kelompok remaja yaitu kelompok dalam rentang usia 10 – 19 tahun<sup>1</sup>.

Pada masa remaja baik laki-laki maupun perempuan akan mengalami situasi pubertas dimana terjadinya perubahan yang mencolok dalam diri seorang remaja baik secara fisik, psikologis, kognitif dan sosioemosional<sup>2</sup>.

Berdasarkan dari hasil data demografi menjelaskan bahwa populasi yang cukup besar adalah usia remaja. Berdasarkan WHO (2014) bahwa angka populasi remaja mencapai ± 1,2 milyar di dunia. Jumlah populasi remaja di Indonesia mencapai 43,6 juta jiwa atau sebesar 19,64 % dari jumlah penduduk di dunia, sedangkan di Kota Yogyakarta populasi remaja berusia 10 – 19 tahun mencapai 533.536 jiwa<sup>3</sup>.

Kasus kehamilan tidak diinginkan pada remaja di Yogyakarta dengan total jumlah 926, pada setiap daerah Kabupaten Bantul sebanyak 276 kasus, Kota Yogyakarta 228 kasus, Kabupaten Sleman 219 kasus, Gunung Kidul 148 kasus dan Kulon Progo 105 kasus<sup>4</sup>.

Indonesia merupakan negara dengan mayoritas penduduk Islam

terbanyak, dengan jumlah penduduk muslim sekitar 87.2% dari jumlah total penduduk Indonesia atau 207.2 juta penduduk Indonesia yang beragama Islam<sup>3</sup>.

Islam menjelaskan bahwa tindakan perilaku seksual sebelum menikah tidak diperbolehkan. Fenomena yang terjadi pada zaman sekarang masih banyak remaja Islam yang melakukan perilaku seksual. Hal tersebut dilatarbelakangi oleh tidak adanya larangan dari keluarga untuk berpacaran, tidak menjadikan agama sebagai pedoman dalam bertingkah-laku dan tidak adanya norma/aturan dilingkungan sekitar yang melarang untuk melakukan perilaku seksual pranikah, maka dari hal tersebut akan mempengaruhi *self control* pada remaja dalam perilaku seksual<sup>5</sup>.

*Self control* memiliki pengaruh dalam mengatur tindakan, salah satunya terkait hal perilaku seksual. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yaitu remaja yang dapat mengontrol dirinya dengan baik dalam hal seksual cenderung tidak melakukan perilaku seksual seperti berciuman dan perilaku seksual lainnya, sedangkan remaja yang kurang dalam mengontrol dirinya cenderung melakukan perilaku seksual misalnya melakukan seks pranikah<sup>6</sup>.

Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai gambaran *self control* dalam perilaku seksual pada remaja Islam SMP Negeri di Kota Yogyakarta.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan *desain deskriptif*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *cluster sampling* didapatkan hasil 4 sekolah yang terdiri dari SMPN 1 Yogyakarta, SMPN 4 Yogyakarta, SMPN 13 Yogyakarta dan SMPN 14 Yogyakarta. Pengambilan sampel menggunakan *proportionate sampling*, total responden sebanyak 107 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner berisi 20 pertanyaan dengan menggunakan *skala likert*. Hasil penelitian dianalisa dengan menggunakan analisa univariate.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden SMP Negeri di Kota Yogyakarta**

Karakteristik	JenisKelamin		Total
	L (n)	P (n)	
a) Usia			
13 tahun	22	19	41
14 tahun	30	36	66
b) Kelas			
VIII A	10	14	24
VIII B	11	13	24
VIII C	12	12	24
VIII D	13	11	24
VIII E	6	5	11
c) Tinggal bersama orangtua Ya			
Tidak	48	50	98
	4	5	9
d) Keluarga			
Ya	33	48	81
Tidak	19	7	26
e) Religiusitas			

Ya	32	46	78
Tidak	20	9	29
f) Budaya			
Ya	35	43	78
Tidak	17	12	29
Total	52	55	107

Sumber : Data Primer 2019

### 2. *Self Control* dalam Perilaku Seksual Berdasarkan Aspek-Aspek *Self Control*

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi *Self Control* dalam perilaku seksual berdasarkan Aspek-aspek *self control***

Aspek-Aspek Self Control	SMP Negeri di Kota Yogyakarta		Total
	Baik n(%)	Kurang n(%)	
<i>Behavioral Control</i>	78 (73%)	29 (27%)	107 (100%)
<i>Cognitive Control</i>	82 (77%)	25 (23%)	107 (100%)
<i>Decisional Control</i>	78 (73%)	29 (27%)	107 (100%)

Sumber : Data Primer 2019

### 3. *Self Control* dalam Perilaku Seksual pada Remaja Islam SMP Negeri di Kota Yogyakarta

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi *Self Control* dalam Perilaku Seksual pada Remaja Islam SMP Negeri di Kota Yogyakarta**

No	Kategori	SMP Negeri di Kota Yogyakarta n (%)
1.	<i>Self control</i> baik	78 (73%)
2.	<i>Self control</i> kurang	29 (27%)
	Total	107 (100%)

Sumber : Data Primer 2019

#### 4. *Self Control* Dalam Perilaku Seksual Berdasarkan Karakteristik Responden

**Tabel 4.4** Distribusi frekuensi *self control* dalam perilaku seksual berdasarkan karakteristik responden

Karakteristik Responden	<i>Self Control</i> dalam Perilaku Seksual		
	Baik n(%)	Kurang n(%)	Total n(%)
Usia			
13 Tahun	25 (61%)	16 (39%)	41(100%)
14 Tahun	53 (80%)	13 (20%)	66(100%)
Jenis Kelamin			
Laki –laki	34 (65%)	18 (35%)	52 (100%)
Perempuan	44 (80%)	11 (20%)	55 (100%)
Keluarga			
Ya	73 (90%)	8 (10%)	81 (100%)
Tidak	5 (19%)	21 (81%)	26 (100%)
Religiusitas			
Ya	74 (95%)	4 (5%)	78 (100%)
Tidak	4 (14%)	25 (86%)	29 (100%)
Budaya			
Ya	72 (92%)	6 (8%)	78 (100%)
Tidak	6 (21%)	23 (79%)	29 (100%)

Sumber : Data Primer 2019

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Usia

Dari hasil penelitian ini bahwa usia responden antara 14 dan 13 tahun. Menurut World Health Organization (WHO) remaja awal memasuki usia antara 10-14 tahun. Remaja awal merupakan suatu tahapan transisi atau masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa.

Karakteristik remaja awal ditandai dengan terjadinya perubahan psikologis seperti jiwa yang labil, perubahan psikososial ditandai dengan

pentingnya peran teman atau sahabat, mencari oranglain yang disayangi selain orangtua, dan perubahan fisik ditandai dengan mulai berkembangnya fungsi organ reproduksi dan hormon-hormon seksualitas .

Pada fase remaja awal secara psikologisnya memiliki emosional yang labil, dan cenderung hanya tertarik akan keadaan sekarang bukan masa depan, sedangkan secara seksual mulai timbul rasa malu, ketertarikan terhadap lawan jenis dan mulai bereksperimen dengan tubuhnya misalnya masturbasi <sup>7</sup>.

#### b. Jenis kelamin

Responden dari penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 55 responden dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 52 responden.

Kematangan seksual yang terlalu cepat atau lambat juga dapat mempengaruhi kehidupan psikososialnya, yaitu status mereka di dalam kelompok sebayanya, anak perempuan yang lebih dahulu mengalami kematangan seksual akan merasa bahwa dirinya terlalu besar bila berada dikelompok teman sekelasnya, sementara teman-teman perempuan lainnya masih dapat merasakan kebersamaan dengan kelompok baik laki-laki ataupun perempuan, karena umumnya laki-laki lebih lambat mengalami kematangan seksual.

Bagi anak laki-laki yang mengalami keterlambatan dalam kematangan seksualnya, bentuk tubuhnya lebih kecil dibandingkan dengan teman sekelasnya<sup>8</sup>.

c. Keluarga

Peran orangtua yang melakukan pengawasan dengan melarang berpacaran sebanyak 81 responden sedangkan orangtua yang tidak melarang berpacaran sebanyak 26 responden.

Keterlibatan orangtua dalam perkembangan remaja awal ditunjukkan dengan membangun komunikasi yang baik, memberikan pengawasan serta memiliki tuntutan tertentu akan meningkatkan hubungan orangtua dengan remaja<sup>9</sup>.

d. Religiusitas

Dalam hasil penelitian ini responden yang menerapkan aturan agama sebagai pedoman dalam bertindak sebanyak 78 responden sedangkan yang tidak menerapkan aturan agama sebanyak 29 responden.

Pemahaman mengenai ajaran-ajaran agama, memiliki fungsi sebagai pengendali sikap. Ajaran moral agama yang tertanam dengan baik pada diri setiap individu maka dapat mengontrol dan menahan diri terutama dalam berbagai bentuk

perilaku seksual, karena setiap individu menyakini bahwa Allah selalu melihat segala perbuatan baik dan buruk setiap hambanya<sup>10</sup>.

e. Budaya

Dalam penelitian ini mayoritas responden yang menerapkan norma / aturan yang melarang melakukan perilaku seksual sebanyak 78 responden sedangkan responden yang tidak menerapkan aturan terkait larangan perilaku seksual sebanyak 29 responden.

Individu yang tinggal didalam suatu lingkungan akan terikat oleh budaya yang ada di lingkungan tersebut. Setiap lingkungan akan mempunyai budaya yang berbeda-beda dengan budaya yang ada dilingkungan lain.

Kemampuan individu dalam menerapkan norma yang berlaku dilingkungan akan membantu individu dalam mengendalikan diri untuk menghindari perilaku yang menyimpang<sup>6</sup>.

2. Gambaran Self Control Dalam Perilaku Seksual Berdasarkan Aspek-Aspek Self Control

Sebagian besar responden memiliki *self control* yang baik dalam *cognitive control*

sebanyak 82 responden (77%). Namun kurang dalam *behavioural control* dan *decisional control*.

*Cognitive control* didapatkan dari kemampuan individu dalam memperoleh informasi yang didapatkan baik dari orangtua, internet maupun pihak sekolah mengenai perilaku seksual, sehingga dari informasi yang didapat akan meningkatkan pengetahuan pada remaja mengenai perilaku seksual. Dari hal tersebut maka akan membantu remaja dalam *decisional control* atau mengatur keputusannya dalam memilih dalam bertindak.

Keadaan remaja awal yang memiliki emosional yang cenderung labil sehingga kemampuan dalam *decisional control* atau mengatur keputusan pada remaja berkurang, hal ini dikarenakan adanya kebebasan dan kesempatan untuk memilih dalam bertindak, dan lebih tertarik akan kehidupannya teman sebayanya seperti berpacaran, sehingga mengakibatkan remaja masih kurang dalam *behavioural control* akibatnya masih banyak remaja melakukan perilaku seksual pranikah yang

seharusnya tidak boleh dilakukan pada usia nya.

Hal ini didukung oleh penelitian Nita (2016) Berdasarkan hasil penelitiannya menjelaskan meningkatnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi seksual dapat meningkatkan persepsi tentang informasi seksual dari sudut pandang para remaja sehingga *cognitive control* pada remaja baik. Pada remaja yang memiliki pengetahuan baik tentang kesehatan reproduksi seksual, maka remaja tersebut mampu mengendalikan dirinya dalam menekan timbulnya dorongan seksual.

Pada usia remaja cenderung ingin mencari pengalaman dengan melakukan penjelajahan terhadap segala sesuatu yang baru serta remaja mempunyai keinginan untuk mencoba segala sesuatu yang belum pernah dialaminya seperti yang dilakukan oleh kelompoknya. Selain didorong oleh keinginan menjadi seperti orang dewasa dapat menyebabkan remaja ingin mencoba melakukan apa yang sering dilakukan orang dewasa termasuk yang berkaitan dengan masalah seksualitas.

Hal tersebut menyebabkan *decisional control* dalam mengambil keputusan pada remaja kurang, akibatnya remaja kurang mampu dalam mengontrol perilakunya atau *behavioural control* terutama dalam perilaku seksual, sehingga masih ada remaja yang melakukan perilaku seksual. *Behavioural control* adalah respon yang dilakukan individu dalam mengatur perilakunya melalui dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan dan mengatur stimulus.

### 3. Gambaran *Self Control* dalam Perilaku Seksual Berdasarkan Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian bahwa mayoritas responden yang memiliki *self control* baik dengan karakteristik responden berusia 14 tahun, perempuan, orangtua melarang berpacaran, menjadikan agama sebagai pedoman dalam bertindak dan menerapkan aturan yang berlaku di lingkungan tersebut tentang larangan melakukan perilaku seksual pranikah.

Semakin meningkatnya usia individu maka dalam kemampuan dalam kontrol kognitif akan meningkat, hal ini dikarenakan lebih banyak

informasi yang didapat terkait perilaku seksual yang diberikan dari orangtua, media massa, dan pendidikan, serta cenderung lebih berfikir dari dampak yang diakibatkan dari melakukan perilaku seksual pranikah. Hal tersebut akan meningkatkan kemampuan individu dalam mengontrol perilakunya sehingga mengarahkan individu tersebut untuk menghindari perilaku seksual pranikah.

Remaja laki-laki dalam hal perilaku seksual merasa lebih bebas untuk bereksplorasi dalam berbagai macam bentuk perilaku seksual, hal ini dikarenakan resiko kehamilan yang tidak dialaminya, kurangnya pengawasan yang diberikan orangtua serta kurangnya kecaman dari lingkungan sosial terhadap laki-laki semakin memperkuat dalam melakukan perilaku seksual dibandingkan dengan perempuan. Hal ini menyebabkan remaja laki-laki cenderung memiliki kelonggaran terhadap *self control* dalam mengatur perilaku seksualnya.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian sebelumnya oleh rosdarni (2014) melalui wawancara mendalam bahwa



ketika remaja akan melakukan perilaku seksual bersama pasangannya, laki-laki adalah pihak yang pertama mengajak untuk melakukan hal tersebut. Hasil penelitian ini juga didukung oleh data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) bahwa laki-laki memiliki risiko 5 kali lebih besar untuk melakukan perilaku seksual dibandingkan perempuan. Penelitian sebelumnya juga menyatakan bahwa laki-laki lebih bersikap permisif atau terbuka terhadap perilaku seksual dibandingkan perempuan. Remaja laki-laki diprediksi melakukan perilaku seksual pranikah yang berisiko sebesar 16% hal ini disebabkan ketika remaja tersebut memiliki pengetahuan yang rendah, sikap permisif dan terbuka terhadap seksualitas, dan memiliki self control atau efikasi diri yang rendah.

Pengawasan yang diberikan orangtua khususnya pada usia remaja yang berkaitan dengan perilaku seksual dengan memberikan suatu larangan berpacaran akan meningkatkan hubungan orangtua dengan remaja, kelekatan hubungan antara anak dan orangtua akan menyebabkan keterbukaan

antara anak dengan orangtua khususnya dalam perilaku seksual, akibatnya remaja tersebut akan mempertimbangkan terlebih dahulu dalam melakukan tindakannya sehingga akan meningkatkan *self control* pada dirinya.

Hal ini didukung oleh penelitian M.Rizal (2018) orangtua yang selalu menunjukkan keterlibatan dalam kehidupan anak serta memberikan respon positif yang ditunjukkan dengan membangun komunikasi yang baik dengan memberikan pengawasan serta memiliki tuntutan tertentu terhadap anak, maka akan semakin tinggi juga kapasitas *self control* pada anak.

Pendidikan agama yang diberikan orangtua mengenai larangan-larangan dalam islam akan meningkatkan kemampuan individu dalam menerapkan aturan-aturan dalam islam baik aturan yang diperbolehkan maupun aturan yang tidak diperbolehkan khususnya dalam perilaku seksual. Pendidikan agama yang didapatkan akan membantu individu tersebut dalam mengatur tindakannya dengan baik, karena dalam

dirinya menyakini bahwa Allah selalu mengawasi segala perbuatannya dan segala perbuatan akan dimintai pertanggung jawabannya sehingga dari hal tersebut meningkatkan dalam mengendalikan dirinya khususnya dalam perilaku seksual.

Hal ini didukung oleh penelitian khairunnisa (2013) yang menyatakan ada hubungan antara religiusitas dan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah pada remaja. Perilaku yang diatur oleh tuntutan agama akan mengarahkan seseorang dalam mengendalikan dirinya. Religiusitas memiliki peranan yang sangat kuat terhadap kehidupan seseorang. Perilaku seksual pranikah remaja tersebut dapat dimotivasi oleh rasa cinta dengan dominasi perasaan kedekatan yang tinggi terhadap pasangannya, tanpa disertai komitmen yang jelas atau karena pengaruh kelompok. Dimana remaja tersebut ingin menjadi bagian dari kelompoknya dengan mengikuti kebiasaan-kebiasaan yang telah dianut oleh kelompoknya. Dalam hal ini kelompoknya telah melakukan perilaku seksual pranikah,

sehingga dari hal tersebut diperlukan religiusitas yang baik sebagai pondasi dalam mengendalikan dirinya.

Kemampuan individu dalam menerapkan aturan yang berlaku di lingkungan khususnya dalam perilaku seksual akan mempengaruhi kemampuan dalam mengendalikan dirinya, sanksi yang diberikan dari lingkungan sekitar apabila melanggar aturan yang berlaku memperkuat kemampuan individu dalam menerapkan aturan yang berlaku.

Individu yang tinggal didalam suatu lingkungan akan terikat oleh budaya yang ada di lingkungan tersebut. Setiap lingkungan akan mempunyai budaya yang berbeda-beda dengan budaya yang ada dilingkungan lain. Hal tersebut berkaitan dengan norma/aturan yang ada dilingkungan dan kemampuan individu dalam menerapkan norma tersebut sehingga akan mempengaruhi *self control* setiap individu terutama dalam perilaku seksual<sup>6</sup>.

#### 4. Gambaran *Self Control* Dalam Perilaku Seksual pada Remaja SMP Negeri di Kota Yogyakarta

Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa dari 107 responden, responden yang memiliki *self control* baik sebesar 78 responden (73%). *Self control* diperlukan oleh setiap individu karena adanya perkembangan zaman terutama dalam hal seksualitas.

Perkembangan zaman ini ditandai dengan semakin bebasnya media yang menyajikan topic yang berkaitan dengan kehidupan seks, semakin meluasnya penyebaran penyakit-penyakit yang ditularkan secara seksual, serta semakin meningkatnya pengembangan alat kontrasepsi, dan meningkatnya pergaulan bebas yang sedang terjadi dikalangan remaja dalam menghadapi perubahan tersebut diperlukan *self control* yang baik pada setiap individu.

Hal ini didukung oleh penelitian Kirana (2014) berdasarkan hasil penelitiannya menjelaskan ketertarikan remaja terhadap materi porno di media berkaitan dengan masa transisi yang sedang dialami remaja. Remaja sedang

mengalami berbagai macam perubahan, baik pada aspek fisik, seksual, emosional, religi, moral, sosial, maupun intelektual. Remaja menjadi semakin sadar terhadap hal-hal yang berkaitan dengan seks dan berusaha mencari lebih banyak informasi mengenai seks, termasuk informasi tentang seks yang begitu mudah di dapat di internet.

remaja menjadi salah satu segmen yang rentan terhadap keberadaan pornografi, terutama situs porno. mengakses situs dan filmfilm (video) porno untuk memuaskan kebutuhan berekspresi, eksplorasi dan eksperimen. Individu yang memiliki *self control* yang rendah cenderung kurang mampu mengarahkan dirinya dalam hal perilaku seksual, sedangkan individu yang memiliki *self control* yang baik mampu mengatur, membimbing dan mengarahkan perilakunya untuk menghindari melakukan perilaku seksual pranikah.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini usia antara 14 dan 13 tahun, jenis kelamin laki-laki dan perempuan, tinggal bersama dengan orangtua, adanya larangan dari orangtua untuk berpacaran, menjadikan agama sebagai pedoman dalam bertindak dan menerapkan norma/aturang disekolah tentang larangan untuk berpacaran.
2. Sebagian besar responden memiliki *self control* yang baik dalam aspek *cognitive control* sebanyak 82 responden.
3. Sebagian besar responden memiliki *self control* dalam perilaku seksual kategori baik pada usia 14 tahun, perempuan ,serta adanya larangan orangtua untuk berpacaran, menjadikan agama sebagai pedoman dalam bertindak dan menerapkan aturan/norma di lingkungan sekitar yang melarang perilaku seksual pranikah.
4. *Self control* dalam perilaku seksual pada remaja islam SMP Negeri di Kota Yogyakarta, sebanyak 73% remaja islam memiliki *self control* dalam kategori baik.

## SARAN

Mengacu pada hasil penelitian, analisa data dan hasil kesimpulan yang telah dipaparkan, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

- a. Bagi orang tua, orang tua selalu menanamkan pengetahuan dan pengawasan pada remaja dalam perilaku seksual sehingga dapat meningkatkan *self control* dalam perilaku seksual, selain itu pendidikan agama yang baik yang diberikan oleh keluarga dapat memberikan kontribusi yang mendasar dalam pembentukan *self control* terutama dalam menghadapi permasalahan seksualitas.
- b. Bagi pihak sekolah, dapat memberikan pengetahuan yang bertujuan untuk meningkatkan *self control* siswa dan siswi khususnya dalam perilaku seksual. Selain hal tersebut, pihak sekolah juga perlu memantau perilaku keseharian siswa dan siswi disekolah sehingga dapat mengetahui *self control* pada setiap siswa dan siswi. Melakukan konseling bagi siswa dan siswi yang memiliki *self control* yang rendah.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, dapat dilakukan penelitian terkait cara meningkatkan *self control* dalam perilaku seksual pada remaja khususnya dalam *decisional control* dan *behavioural control*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan, RI. (2008). *Pedoman Kesehatan Peduli Remaja Di Puskesmas*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Santrock, John, W. (2011). *Masa Perkembangan Anak (Edisi 2)*. Jakarta : Erlangga
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2012). *Statistik Pemuda Indonesia*. Diakses Tanggal 09 Desember 2016 melalui [https://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber\\_Daya\\_Manusia\\_dan\\_Kebudayaan/Statistik%20Pemuda%20Indonesia%202014.pdf](https://www.bappenas.go.id/files/data/Sumber_Daya_Manusia_dan_Kebudayaan/Statistik%20Pemuda%20Indonesia%202014.pdf)
- PKBI. (2015). *Situasi Kesehatan Reproduksi dan Seksual di DIY*. Yogyakarta : PKB.
- Jazuli, A.S. (2008). *Perilaku Seksual Remaja Ditinjau Dari Kontrol Diri dan Pengetahuan Seksualitas Dalam Materi Fiqih di Pondok Pesantren Pelajar*. Jurnal: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rina A. (2012). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Sikap Terhadap Perilaku Seksual pada Remaja Karang Taruna*. Jurnal: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Prihartini, Aviatin, T Nuryoto (2015). Hubungan antara komunikasi efektif tentang seksualitas dalam keluarga dengan sikap remaja awal terhadap pergaulan bebas antara lawan jenis. Jurnal Psikologi : No.2. 124-139
- Fridya M & M. Noor Rohman (2013) perilaku seksual remaja dalam berpacaran ditinjau dari harga diri berdasarkan jenis kelamin, Jurnal Psikologi : UGM.
- Muhamad Rizal Zulfikar. (2018). Pola Asuh Sebagai Prediktor Kontrol Diri, Jurnal Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Aprilia P. (2018). Hubungan Religiusitas dengan intensitas mengakses situs pornografi pada siswa kelas XI SMA Hasyim Asy'ari Pekalongan. Jurnal Psikologi : Universitas Diponegoro.
- Nita Istiqomah. (2016). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seks Bebas Pranikah Pada Remaja SMK "KTT" Di Surabaya. Jurnal Psikologi : Universitas Airlangga.
- Kirana (2014) Pengaruh Akses Situs Porno dan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Remaja Di SMA Yayasan Perguruan Kesatria Medan, Jurnal : Ilmu Kesehatan Masyarakat USU.
- Rosdarni, dkk (2014). Pengaruh Faktor Personal Terhadap Perilaku Seksual Pranikah. Jurnal : Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada
- Khairunnisa (2013) Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja Di MAN 1 Samarinda. Jurnal Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Mulawarman.