Hubungan *Self-Control* dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan

Dewi Riska Temmu*[1], Siti Umairah[2]
Universitas Khairun [1,2]
e-mail: dewiriska.t@gmail.com*[1], umairahira7@gmail.com[2]

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-control* dan perilaku seksual pranikah pada remaja SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 291 pelajar SMA berusia 15 sampai 19 tahun yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dari tujuh sekolah. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring menggunakan Google Form. Instrumen penelitian terdiri atas Skala *Self-Control* yang disusun berdasarkan teori Averill (1973), meliputi aspek *behavioral control, cognitive control,* dan *decisional control*, serta Skala Perilaku Seksual Pranikah yang disusun berdasarkan bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah menurut Sarwono (2018), yaitu *kissing, necking, petting,* dan *intercourse*. Analisis data dilakukan menggunakan SPSS melalui uji deskriptif, uji validitas, reliabilitas, normalitas, linearitas, dan korelasi Spearman's Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-control* kategori tinggi sebesar 48,5% dan perilaku seksual pranikah kategori rendah sebesar 61,5%. Uji hipotesis memperoleh koefisien korelasi r = -0,657 dengan signifikansi p = 0,000. Temuan ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan dan kuat antara *self-control* dan perilaku seksual pranikah. Semakin tinggi *self-control* remaja, semakin rendah kecenderungan perilaku seksual pranikah. Hasil ini menegaskan pentingnya penguatan pengendalian diri melalui keluarga, sekolah, dan layanan bimbingan konseling berbasis nilai.

Kata kunci : Korelasi Spearman; Oba Utara; Remaja SMA; Seks Pranikah; *Self-Control.*

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between self-control and premarital sexual behavior among high school adolescents in Oba Utara District, Tidore Islands City. This research applied a quantitative approach with a correlational design. The sample consisted of 291 students aged 15 to 19 years selected through purposive sampling from seven schools. Data were collected using an online questionnaire distributed through Google Forms. The instruments consisted of a Self-Control Scale developed based on Averill's (1973) theory, including behavioral control, cognitive control, and decisional control, and a Premarital Sexual Behavior Scale developed based on Sarwono's (2018) classification of premarital sexual behavior, namely kissing, necking, petting, and intercourse. Data were analyzed using SPSS through descriptive analysis, validity testing, reliability testing, normality testing, linearity testing, and Spearman's Rank correlation. The results showed that most respondents had a high level of self-control, accounting for 48.5%, while premarital sexual behavior was mostly in the low category, accounting for 61.5%. Hypothesis testing produced a correlation coefficient of r = -0.657 with p = 0.000. These findings indicate a significant and strong negative relationship between self-control and premarital sexual behavior. Thus, strengthening self-control is important in school-based adolescent guidance programs.

Keywords **:** *Adolescent Students; Premarital Sexuality; Self-Control; Spearman Correlation; Teenage Behavior.*

PENDAHULUAN

Perilaku seksual pranikah di kalangan remaja, khususnya pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA), menjadi salah satu isu sosial yang semakin kompleks pada era modern. Pergaulan yang semakin terbuka

menimbulkan kekhawatiran karena sebagian remaja menunjukkan perilaku yang tidak sesuai dengan nilai moral, norma sosial, maupun ajaran agama. Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai bentuk kenakalan, seperti penyalahgunaan pornografi, penyalahgunaan narkoba, tindak kriminalitas, serta perilaku seksual sebelum menikah yang cukup sering ditemukan dalam kehidupan remaja saat ini (Astuti et al., 2021). SMA merupakan jenjang pendidikan formal setelah SMP dan umumnya diikuti oleh siswa berusia 15 sampai 18 tahun. Pada tahap ini, pelajar berada dalam fase remaja akhir yang ditandai dengan pencarian identitas diri, perkembangan emosi, perluasan relasi sosial, serta meningkatnya dorongan seksual.

Masa remaja merupakan periode perkembangan penting karena individu sedang mengalami transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pada fase ini, rasa ingin tahu terhadap berbagai hal baru, termasuk seksualitas, cenderung meningkat. Menurut *World Health Organization* (WHO), masa remaja atau *adolescence* berada pada rentang usia 10 sampai 19 tahun dan ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, serta sosial. Perubahan tersebut sering kali belum diimbangi dengan kematangan emosi dan kemampuan pengendalian diri yang optimal. Akibatnya, remaja dapat mengalami kesulitan dalam mengelola dorongan, perasaan, dan perilaku. Apabila penyesuaian diri tidak berlangsung secara tepat, mereka berisiko terlibat dalam berbagai perilaku negatif, salah satunya perilaku seksual berisiko atau seks bebas (Ferdyansah et al., 2024).

Perilaku seksual pranikah dapat dipahami sebagai segala bentuk aktivitas seksual yang dilakukan sebelum adanya ikatan pernikahan yang sah. Aktivitas tersebut muncul sebagai bentuk pemenuhan dorongan seksual dan dapat terjadi dalam relasi yang tidak didasarkan pada hubungan perkawinan menurut agama, hukum, dan norma sosial. Hubungan pacaran juga berkaitan dengan aktivitas seksual karena remaja yang menjalaninya sering berada dalam situasi yang memungkinkan terjadinya kedekatan emosional dan fisik (Yudia et al., 2018). Seiring perubahan nilai masyarakat, isu seksualitas pada remaja berusia 16 sampai 18 tahun mulai dibicarakan secara lebih terbuka dan tidak lagi sepenuhnya dipandang sebagai hal tabu oleh sebagian kalangan (Rahardjo et al., 2017).

Data WHO tahun 2019 yang dikutip dalam Ferdyansah et al. (2024) menunjukkan bahwa sekitar 21 juta perempuan berusia 15 sampai 19 tahun di negara berkembang mengalami kehamilan, dan kurang lebih 12 juta di antaranya menjalani persalinan. Dari jumlah tersebut, sekitar 50% merupakan kehamilan yang tidak direncanakan. Masalah selama masa kehamilan dan persalinan menjadi salah satu penyumbang tingginya risiko kematian pada remaja putri. Dari seluruh kasus kehamilan yang tidak diinginkan, sekitar 55% berakhir dengan tindakan aborsi. WHO juga memperkirakan bahwa dari sekitar 5,6 juta prosedur aborsi yang terjadi setiap tahun pada remaja usia 15 sampai 19 tahun, sebanyak 3,9 juta tergolong tidak aman. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya risiko kematian ibu, komplikasi, serta masalah kesehatan jangka panjang lainnya (Ferdyansah et al., 2024). Hal tersebut memperlihatkan bahwa perilaku seksual pranikah tidak hanya berdampak pada aspek moral dan sosial, tetapi juga dapat menimbulkan risiko kesehatan, tekanan psikologis, dan gangguan terhadap masa depan pendidikan remaja.

Berdasarkan Riskesdas 2018, di Indonesia tercatat sekitar 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15 sampai 19 tahun mengaku pernah melakukan hubungan seksual pranikah. Aktivitas seksual pertama pada kelompok tersebut umumnya terjadi ketika remaja berusia 15 sampai 17 tahun. Data yang sama juga menunjukkan bahwa sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki-laki telah menjalin hubungan pacaran sebelum berusia 15 tahun. Pada usia tersebut, remaja umumnya belum memiliki keterampilan dasar yang memadai dalam membangun relasi yang sehat sehingga lebih rentan terlibat dalam pola pacaran berisiko (Ferdyansah et al., 2024).

Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun 2020 menunjukkan bahwa hubungan seksual pranikah berkontribusi terhadap sekitar 17,5% kasus kehamilan tidak diinginkan pada perempuan. Pada kelompok usia 14 sampai 19 tahun, prevalensi Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) tercatat sebesar 19,6%. Sementara itu, sekitar satu dari lima tindakan aborsi di Indonesia dilakukan oleh remaja (Ferdyansah et al., 2024). Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) pada Oktober 2020 juga menunjukkan bahwa sekitar 62,7% remaja di Indonesia dilaporkan pernah terlibat dalam aktivitas seksual sebelum menikah. Dari kelompok tersebut, sekitar 20% mengalami kehamilan di luar pernikahan, sedangkan 21% perempuan yang mengalami kondisi tersebut diketahui memiliki riwayat aborsi (Utami & Handayani, 2023). Berbagai data ini menegaskan bahwa perilaku seksual

pranikah pada remaja merupakan persoalan yang perlu mendapat perhatian dari keluarga, sekolah, masyarakat, dan pemerintah.

Perkembangan teknologi informasi dan media sosial membuat remaja semakin mudah mengakses berbagai informasi maupun konten yang belum tentu sesuai dengan usia dan tingkat kedewasaan mereka. Kondisi ini dapat memperbesar peluang munculnya perilaku menyimpang, terutama apabila tidak diimbangi dengan *self-control* dan lingkungan sosial yang positif. Teknologi yang seharusnya mendukung pembelajaran dan komunikasi dapat disalahgunakan sebagai sarana membangun relasi berisiko. Beberapa aplikasi pertemanan dan komunikasi daring, seperti MiChat dan Omi, dilaporkan kerap digunakan dalam praktik yang berkaitan dengan perilaku seksual berisiko. Oleh karena itu, meskipun faktor eksternal memiliki pengaruh besar, *self-control* tetap menjadi benteng internal yang menentukan apakah stimulus negatif akan direspons menjadi tindakan nyata atau tidak.

Berdasarkan survei awal dan observasi peneliti melalui beberapa berita media daring, fenomena tersebut juga ditemukan di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Kasus perilaku seksual berisiko pada remaja dilaporkan terjadi di wilayah tersebut dan menjadi perhatian masyarakat. Kondisi ini menunjukkan perlunya kajian yang lebih mendalam mengenai faktor psikologis dan sosial yang berhubungan dengan fenomena tersebut sebagai dasar penyusunan strategi pencegahan. Meskipun permasalahan serupa ditemukan di berbagai daerah lain di Maluku Utara, penelitian ini memfokuskan lokasi pada Kecamatan Oba Utara karena adanya temuan awal yang menunjukkan urgensi masalah. Selain itu, wilayah ini memiliki karakteristik sosial budaya yang masih memegang nilai adat, norma kesusilaan, dan aturan sosial terkait pergaulan remaja. Urgensi penelitian semakin terlihat ketika nilai-nilai lokal tersebut berhadapan dengan pengaruh modernitas dan media sosial.

Survei awal dilakukan terhadap 15 pelajar SMA berusia 15 sampai 19 tahun di Kecamatan Oba Utara. Survei dilaksanakan secara anonim melalui kuesioner singkat untuk menjaga kerahasiaan identitas responden dan meminimalkan bias jawaban karena topik penelitian bersifat sensitif. Hasilnya menunjukkan bahwa perilaku pacaran yang mengarah pada kedekatan fisik bukan merupakan hal yang jarang ditemukan. Lebih dari setengah responden mengaku pernah melakukan bentuk kedekatan fisik ringan, sedangkan sebagian lainnya melaporkan kedekatan yang lebih intens. Meskipun tidak ada responden yang mengaku pernah melakukan hubungan seksual, sebagian besar mengetahui adanya teman sebaya yang berperilaku lebih bebas dalam pacaran. Responden juga melaporkan bahwa kasus kehamilan di luar nikah masih terjadi di lingkungan mereka, dengan jumlah yang diketahui berkisar antara dua hingga lebih dari enam kasus. Beberapa remaja yang mengalaminya bahkan harus berhenti sekolah atau menarik diri dari lingkungan sosial. Temuan awal ini menegaskan bahwa perilaku seksual pranikah merupakan isu nyata dan relevan untuk diteliti.

Fenomena tersebut semakin menjadi perhatian dengan munculnya beberapa laporan media lokal mengenai praktik prostitusi daring yang melibatkan remaja di berbagai daerah, termasuk Kecamatan Oba Utara. TribunTernate.com pada 12 Desember 2023 melaporkan berita berjudul "Polsek Oba Utara Tangkap Remaja Belasan Tahun, Diduga Terlibat Prostitusi Online". Laporan tersebut mengindikasikan adanya keterlibatan remaja berstatus pelajar dalam kasus yang difasilitasi aplikasi daring. Temuan ini diperkuat oleh Tandasaru.com pada 23 November 2023 melalui berita "Miris, 6 Remaja Putri Diamankan Polisi Tidore Gegara Prostitusi Online", yang menunjukkan bahwa kasus tersebut bukan peristiwa tunggal. Cermat.com pada 10 September 2024 juga melaporkan "Polisi Tangkap 5 Remaja di Sofifi, Diduga Terlibat Prostitusi Online", sedangkan Sinarmalut.com pada 18 Desember 2024 memuat berita "Polsek Oba Utara Amankan Dua Pelaku Prostitusi Online, Satu di Bawah Umur". Berbagai laporan ini menunjukkan bahwa perilaku seksual berisiko pada remaja di wilayah penelitian telah berkembang menjadi persoalan sosial yang memerlukan perhatian serius.

Kumpulan laporan tersebut menjadi dasar empiris awal bahwa masalah ini tidak hanya berkaitan dengan moral dan kesehatan, tetapi juga beririsan dengan persoalan sosial dan hukum. Pihak Kepolisian Sektor Oba Utara dilaporkan beberapa kali mengamankan remaja yang diduga terlibat dalam praktik daring melalui aplikasi MiChat. Kasus tersebut melibatkan pelaku berusia 16 sampai 19 tahun dan sebagian masih berstatus pelajar SMA. Praktik itu dilaporkan terjadi secara tersembunyi dengan motif ekonomi dan gaya hidup sebagai faktor pendorong. Dalam perspektif psikologis, keterlibatan remaja dalam perilaku seksual berisiko dapat mencerminkan lemahnya *self-control*, khususnya dalam menahan dorongan, mengelola emosi, serta mempertimbangkan konsekuensi moral, sosial, kesehatan, dan pendidikan.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *self-control* memiliki hubungan penting dengan perilaku seksual pranikah. Wardani dan Alfiani (2022) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Remaja dengan pengendalian diri yang lebih tinggi cenderung menunjukkan kecenderungan perilaku seksual pranikah yang lebih rendah. Sejalan dengan itu, Salsabiilaa et al. (2023) menunjukkan bahwa *self-control* berhubungan negatif secara signifikan dengan perilaku seksual pada remaja. Artinya, semakin baik kemampuan individu dalam mengendalikan diri, semakin kecil peluangnya terlibat dalam perilaku tersebut. Fauzia dan Taufik (2022) juga memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa *self-control* berpengaruh negatif secara signifikan terhadap perilaku seksual pranikah. Dengan demikian, variabel tersebut dapat dipandang sebagai salah satu faktor psikologis yang berperan dalam pencegahan perilaku berisiko pada remaja.

Meskipun beberapa studi telah membahas hubungan *self-control* dengan perilaku seksual pranikah, masih terdapat kesenjangan penelitian. Studi Wardani dan Alfiani (2022), Salsabiilaa et al. (2023), serta Fauzia dan Taufik (2022) dilakukan di wilayah yang berbeda, seperti Kalimantan Timur, Kabupaten Kendal di Jawa Tengah, dan Surabaya. Hingga saat ini, belum ditemukan penelitian yang secara khusus menelaah hubungan tersebut pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Padahal, wilayah ini memiliki karakteristik sosial budaya yang khas serta menghadapi tantangan modernitas dan akses teknologi yang dapat memengaruhi perilaku remaja. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi kekosongan kajian empiris pada konteks lokal tersebut.

Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA. Dari perspektif psikologi, terdapat beberapa faktor yang diduga memengaruhinya, antara lain pengetahuan, media informasi, peran orang tua, lingkungan sosial, dan kemampuan pengendalian diri. Lingkungan sosial dapat membentuk perilaku remaja, tetapi setiap individu juga memiliki kendali internal yang mengarahkan perilakunya agar tetap sesuai dengan norma dan kontrol sosial. Dalam konteks ini, *self-control* berperan dalam proses pengambilan keputusan dan pengendalian dorongan seksual (Sari, 2021). Kusumo dan Harsono (2022) menjelaskan bahwa *self-control* merupakan kemampuan seseorang dalam mengolah informasi, mengatur perilaku, serta menentukan keputusan yang sesuai dengan nilai dan keyakinan pribadi. Remaja dengan kemampuan ini cenderung lebih mampu menahan dorongan negatif, menunda kepuasan sesaat, mempertimbangkan konsekuensi tindakan, dan menjaga perilaku agar tetap sesuai dengan norma sosial serta agama.

Penelitian ini memandang *self-control* sebagai kemampuan manajemen diri yang krusial dalam menghadapi risiko perilaku seksual pranikah. Kemampuan tersebut membantu remaja menunda gratifikasi, memprioritaskan tujuan jangka panjang seperti pendidikan, serta mempertahankan perilaku yang selaras dengan nilai sosial, moral, dan agama meskipun berada dalam lingkungan penuh tekanan atau terpapar media sosial. Topik ini dipilih karena merefleksikan permasalahan aktual yang dihadapi pelajar SMA, khususnya di Kecamatan Oba Utara. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih mendalam mengenai hubungan kedua variabel sekaligus menjadi dasar pembinaan karakter remaja yang sehat secara sosial dan emosional.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini diarahkan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-control* dan perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami faktor psikologis yang berhubungan dengan perilaku seksual berisiko pada remaja. Secara praktis, hasilnya dapat menjadi bahan evaluasi bagi sekolah dalam mengembangkan pendidikan karakter dan bimbingan konseling, memberikan informasi bagi orang tua mengenai pentingnya pengawasan serta pembinaan perilaku anak, dan menjadi dasar pertimbangan bagi pihak terkait dalam merancang program intervensi atau penyuluhan kesehatan reproduksi. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi kajian lanjutan mengenai perilaku remaja dan faktor-faktor yang memengaruhinya.

Berdasarkan kajian teori dan temuan terdahulu, hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa *self-control* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Artinya, semakin tinggi pengendalian diri remaja, semakin rendah kecenderungan perilaku seksual pranikah. Sebaliknya, hipotesis nol menyatakan tidak terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara *self-control* sebagai variabel bebas dan perilaku seksual pranikah sebagai variabel terikat. Pendekatan kuantitatif dipilih karena data penelitian berbentuk angka dan dianalisis secara statistik untuk menguji hubungan antarvariabel secara objektif (Mendrofa & Susilowati, 2024). Desain korelasional digunakan karena penelitian ini tidak memberikan perlakuan kepada responden, tetapi mengukur tingkat keterkaitan kedua variabel melalui koefisien korelasi (Julhadi et al., 2022).

Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan, pada April hingga Mei 2026. Populasi target adalah seluruh remaja yang bersekolah di wilayah tersebut, sedangkan populasi terjangkau mencakup pelajar dari tujuh SMA dengan jumlah 997 peserta didik. Sampel ditentukan menggunakan teknik *non-probability sampling* jenis *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian (Julhadi et al., 2022). Kriteria inklusi meliputi pelajar SMA aktif di Kecamatan Oba Utara, berusia 15 sampai 19 tahun, bersedia menjadi responden, menyetujui *informed consent*, dan mampu memahami kuesioner. Kriteria eksklusi mencakup pelajar yang bukan siswa SMA, tidak berada pada rentang usia penelitian, tidak hadir saat pengumpulan data, atau menolak berpartisipasi. Berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, jumlah sampel minimal adalah 286 responden, sedangkan penelitian ini melibatkan 291 responden.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner daring melalui Google Form. Instrumen penelitian terdiri atas Skala *Self-Control* dan Skala Perilaku Seksual Pranikah. Skala *Self-Control* disusun berdasarkan teori Averill (1973) yang mencakup tiga aspek, yaitu *behavioral control, cognitive control,* dan *decisional control*, dengan jumlah awal 36 item. Skala Perilaku Seksual Pranikah disusun berdasarkan bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah menurut Sarwono (2018), yaitu *kissing, necking, petting,* dan *intercourse*, dengan jumlah awal 32 item. Kedua skala menggunakan model Likert lima pilihan respons, yaitu Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju, dan Sangat Tidak Setuju. Pada item *favorable*, skor diberikan dari 5 sampai 1, sedangkan item *unfavorable* diberi skor terbalik dari 1 sampai 5.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan skor variabel melalui frekuensi, persentase, rata-rata, standar deviasi, median, nilai minimum, dan maksimum. Kualitas instrumen diuji melalui validitas dan reliabilitas. Uji validitas menggunakan korelasi *Product Moment* dengan membandingkan r-hitung dan r-tabel pada taraf signifikansi 5% (Soesana et al., 2023), sedangkan reliabilitas dianalisis menggunakan *Cronbach's Alpha*. Instrumen dinyatakan reliabel apabila nilainya ≥ 0,70 (Fauzi, 2023; Soesana et al., 2023). Uji prasyarat meliputi normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Test* dan linearitas melalui *Test for Linearity*. Uji hipotesis menggunakan korelasi *Spearman's Rank* (Sugiyono, 2023). Hubungan antarvariabel dinyatakan signifikan apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 (Indartini & Mutmainah, 2024).

Aspek etika diperhatikan dengan memperoleh izin dari Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan serta sekolah yang menjadi lokasi penelitian. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan informasi mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, dan hak untuk berpartisipasi secara sukarela. Seluruh data dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini melibatkan 291 pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner daring yang disusun berdasarkan indikator *self-control* dan perilaku seksual pranikah. Sebelum digunakan dalam penelitian utama, instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan setiap item mampu mengukur variabel secara tepat dan konsisten.

Karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, dan asal sekolah. Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 98 orang atau 33,7%, diikuti usia 17 tahun sebanyak 84 orang atau 28,9%. Berdasarkan jenis kelamin, perempuan berjumlah 166 orang atau 57,0%, sedangkan laki-laki sebanyak 125 orang atau 43,0%. Berdasarkan asal sekolah, responden terbanyak berasal dari SMA N 8 Tidore

Kepulauan sebanyak 86 orang atau 29,6%, diikuti SMA N 5 Tidore Kepulauan sebanyak 78 orang atau 26,8%, dan SMA Negeri Khusus Olahraga Maluku Utara sebanyak 57 orang atau 19,6%.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
15 tahun	46	15,8%
16 tahun	98	33,7%
17 tahun	84	28,9%
18 tahun	37	12,7%
19 tahun	26	8,9%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	125	43,0%
Perempuan	166	57,0%
Asal Sekolah		
SMA N 5 Tidore Kepulauan	78	26,8%
SMA N 8 Tidore Kepulauan	86	29,6%
SMA N 11 Tidore Kepulauan	41	14,1%
SMA Yasmu Sofifi	12	4,1%
SMA Sitti Aisyah Bukulasa	11	3,8%
SMA S Al-Khazanah	6	2,1%
SMA Negeri Khusus Olahraga Maluku Utara	57	19,6%
Total	291	100%

Kategorisasi variabel dilakukan untuk mengetahui tingkat perilaku seksual pranikah dan *self-control* responden. Pada Tabel 2 terlihat bahwa perilaku seksual pranikah paling banyak berada pada kategori rendah, yaitu 179 responden atau 61,5%. Kategori sedang berjumlah 89 orang atau 30,6%, sedangkan kategori tinggi sebanyak 23 orang atau 7,9%. Sementara itu, *self-control* paling banyak berada pada kategori tinggi, yaitu 141 responden atau 48,5%, diikuti kategori sedang sebanyak 136 orang atau 46,7%, dan rendah sebanyak 14 orang atau 4,8%. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengendalian diri yang cukup baik dan kecenderungan perilaku seksual pranikah yang rendah.

Tabel 2. Kategorisasi Perilaku Seksual Pranikah dan *Self-Control*

Variabel	Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Perilaku seksual pranikah	Rendah	32 sampai 74	179	61,5%
	Sedang	75 sampai 117	89	30,6%
	Tinggi	118 sampai 160	23	7,9%
Self-control	Rendah	32 sampai 74	14	4,8%
	Sedang	75 sampai 117	136	46,7%
	Tinggi	118 sampai 160	141	48,5%
Total			291	100%

Uji alat ukur dilakukan untuk mengetahui kualitas instrumen penelitian. Skala Perilaku Seksual Pranikah disusun berdasarkan bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah menurut Sarwono (2018), yaitu *kissing, necking, petting,* dan *intercourse*. Sementara itu, Skala *Self-Control* disusun berdasarkan teori Averill (1973), yang meliputi aspek *behavioral control, cognitive control,* dan *decisional control*. Berdasarkan Tabel 3, seluruh 32 item pada skala perilaku seksual pranikah dinyatakan valid sehingga dapat digunakan dalam penelitian utama. Pada skala *self-control*, empat item gugur, yaitu nomor 3, 7, 27, dan 35, sehingga item valid yang digunakan berjumlah 32. Hasil reliabilitas menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki konsistensi sangat baik, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,966 untuk perilaku seksual pranikah dan 0,956 untuk *self-control*.

Tabel 3. Ringkasan Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Variabel	Dasar Penyusunan	Jumlah Item Awal	Item Gugur	Item Valid	*Cronbach's Alpha*	Keterangan
Perilaku seksual pranikah	Sarwono (2018)	32	Tidak ada	32	0,966	Reliabel
Self-control	Averill (1973)	36	3, 7, 27, 35	32	0,956	Reliabel

Uji normalitas dilakukan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Berdasarkan Tabel 4, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,107. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga data berdistribusi normal. Namun, uji linearitas menunjukkan nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,030 atau lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, hubungan antara kedua variabel dinyatakan tidak linear, sehingga uji hipotesis dilakukan menggunakan korelasi *Spearman's Rank*.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas dan Linearitas

Jenis Uji	Indikator	Nilai	Kriteria	Keterangan
Normalitas	Asymp. Sig. (2-tailed)	0,107	> 0,05	Data berdistribusi normal
Linearitas	Sig. Linearity	0,000	< 0,05	Terdapat kecenderungan hubungan
Linearitas	*Deviation from Linearity*	0,030	> 0,05	Hubungan tidak linear

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-control* dan perilaku seksual pranikah. Berdasarkan Tabel 5, diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,657 dengan nilai signifikansi 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 sehingga hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan dan kuat. Artinya, semakin tinggi *self-control* remaja, semakin rendah kecenderungan perilaku seksual pranikah. Sebaliknya, semakin rendah pengendalian diri, semakin tinggi kecenderungan perilaku tersebut.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi *Spearman's Rank*

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig. (2-tailed)	Keterangan
Self-control dan perilaku seksual pranikah	-0,657	0,000	Hubungan negatif signifikan

Berdasarkan keseluruhan hasil analisis, mayoritas responden memiliki perilaku seksual pranikah pada kategori rendah dan *self-control* pada kategori tinggi. Temuan utama penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan dan kuat antara kedua variabel. Dengan demikian, pengendalian diri dapat dipandang sebagai faktor internal yang berperan dalam menekan kecenderungan perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan.

Pembahasan

1. Hubungan *Self-Control* dengan Perilaku Seksual Pranikah

Hasil analisis menggunakan korelasi *Spearman's Rank* menunjukkan bahwa *self-control* memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Nilai $p = 0,000$ atau $p < 0,05$ dengan koefisien korelasi $r = -0,657$ menunjukkan hubungan negatif yang kuat. Artinya, semakin tinggi pengendalian diri siswa, semakin rendah kecenderungan perilaku seksual pranikah. Sebaliknya, semakin lemah kemampuan tersebut, semakin besar kecenderungan munculnya perilaku berisiko. Dengan demikian, hipotesis alternatif dalam penelitian ini diterima.

Berdasarkan koefisien korelasi tersebut, diperoleh koefisien determinasi sebesar 0,4316 atau 43,16%. Hasil ini menunjukkan bahwa *self-control* memberikan kontribusi sebesar 43,16% terhadap variasi perilaku seksual pranikah pada responden. Sementara itu, 56,84% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dikaji, seperti faktor biologis, konformitas teman sebaya, pola asuh orang tua, religiusitas, paparan media sosial, pengetahuan kesehatan reproduksi, dan lingkungan sosial. Temuan ini memperlihatkan bahwa *self-control* merupakan faktor internal yang penting, tetapi bukan satu-satunya penjelas perilaku seksual pranikah pada remaja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Averill (1973), yang menjelaskan bahwa *self-control* merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku dan emosi agar sesuai dengan tuntutan eksternal, tujuan pribadi, serta norma sosial. Dalam konteks remaja, kemampuan ini berfungsi sebagai mekanisme pengendalian yang

membantu individu menahan dorongan spontan, mempertimbangkan konsekuensi, dan memilih perilaku yang lebih sesuai dengan nilai moral maupun sosial. Remaja dengan pengendalian diri yang baik cenderung lebih mampu mengelola dorongan, menolak tekanan lingkungan, dan mempertimbangkan dampak jangka panjang dari tindakannya.

Peran *self-control* menjadi semakin penting karena masa remaja ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung cepat. Thien et al. (2023) menjelaskan bahwa pada fase ini perkembangan emosi dan dorongan sering kali lebih dominan dibandingkan kemampuan berpikir rasional. Kondisi tersebut membuat remaja lebih rentan terhadap perilaku impulsif, terutama ketika tidak diimbangi dengan kemampuan mengendalikan diri. Remaja yang belum mampu mengelola emosi dan dorongan cenderung lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial, teman sebaya, maupun paparan media yang berkaitan dengan seksualitas.

Temuan kategorisasi juga mendukung hasil uji hipotesis. Sebagian besar responden memiliki *self-control* tinggi, yaitu 141 orang atau 48,5%, sedangkan perilaku seksual pranikah paling banyak berada pada kategori rendah, yaitu 179 orang atau 61,5%. Pola ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan pengendalian diri yang relatif baik sehingga kecenderungan perilaku seksual pranikah juga lebih rendah. Hasil tersebut sejalan dengan pendapat Sarwono (2018), yang menyatakan bahwa individu dengan *locus of control* internal cenderung percaya bahwa dirinya mampu mengatur keadaan dan perilakunya sendiri, termasuk dalam aspek seksual. Sebaliknya, individu dengan *locus of control* eksternal lebih mudah merasa bahwa perilakunya ditentukan oleh faktor luar, seperti tekanan lingkungan atau situasi sosial.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Putri et al. (2023), yang menemukan hubungan negatif signifikan antara *self-control* dan perilaku seksual pranikah pada remaja akhir, dengan nilai r = -0,462 dan p = 0,000. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kemampuan remaja dalam mengendalikan dorongan dan mempertimbangkan konsekuensi berperan penting dalam mencegah perilaku seksual pranikah. Sejalan dengan itu, Rahmawati et al. (2023) juga menunjukkan hubungan negatif antara kedua variabel pada siswa SMA. Hasil tersebut menegaskan bahwa kemampuan mengontrol emosi, impuls, dan pengambilan keputusan berperan penting dalam mengurangi kecenderungan perilaku berisiko.

Berdasarkan uji normalitas menggunakan Kolmogorov Smirnov, diperoleh nilai signifikansi 0,107 atau $p > 0,05$, sehingga data dinyatakan berdistribusi normal. Namun, uji linearitas menunjukkan nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,030 atau $p < 0,05$, sehingga hubungan kedua variabel tidak linear. Oleh karena itu, penggunaan korelasi *Spearman's Rank* menjadi tepat karena analisis ini dapat digunakan ketika asumsi linearitas tidak terpenuhi.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa *self-control* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan. Kemampuan tersebut menjadi faktor internal yang membantu remaja mengelola dorongan, emosi, perilaku, dan pengambilan keputusan. Remaja yang memiliki pengendalian diri baik cenderung lebih mampu menunda kepuasan sesaat, mempertimbangkan risiko, serta menjaga perilaku agar tetap sesuai dengan norma sosial, moral, dan agama. Dengan demikian, penguatan *self-control* dapat menjadi salah satu strategi penting dalam pencegahan perilaku seksual pranikah pada remaja.

2. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner sehingga jawaban responden bergantung pada persepsi pribadi dan kejujuran saat mengisi instrumen. Mengingat topik yang dikaji bersifat sensitif, terdapat kemungkinan responden memberikan jawaban yang dianggap lebih aman secara sosial. Kedua, penelitian ini hanya mengkaji satu variabel bebas, yaitu *self-control*, padahal perilaku seksual pranikah dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti pola asuh orang tua, konformitas teman sebaya, lingkungan pergaulan, religiusitas, paparan media sosial, dan pengetahuan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan variabel tambahan agar pemahaman mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual pranikah pada remaja menjadi lebih komprehensif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan *self-control* dengan perilaku seksual pranikah pada pelajar SMA di Kecamatan Oba Utara, Kota Tidore Kepulauan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berusia 16 tahun sebesar 33,7% dan didominasi oleh perempuan sebesar 57,0%. Tingkat *self-control* sebagian besar berada pada kategori tinggi sebesar 48,5%, diikuti kategori sedang sebesar 46,7%, dan rendah sebesar 4,8%. Sementara itu, perilaku seksual pranikah paling banyak berada pada kategori rendah sebesar 61,5%, kemudian sedang sebesar 30,6%, dan tinggi sebesar 7,9%. Hasil uji hipotesis menggunakan korelasi *Spearman's Rank* menunjukkan koefisien r = -0,657 dengan nilai signifikansi 0,000 atau p < 0,05. Temuan ini membuktikan adanya hubungan negatif yang signifikan dan kuat antara kedua variabel. Artinya, semakin tinggi pengendalian diri remaja, semakin rendah kecenderungan perilaku seksual pranikah. Sebaliknya, semakin rendah kemampuan tersebut, semakin tinggi kecenderungan perilaku berisiko.

Berdasarkan temuan tersebut, pelajar SMA diharapkan dapat meningkatkan *self-control* dalam kehidupan sehari-hari agar mampu menghindari perilaku seksual pranikah yang berisiko bagi diri sendiri maupun lingkungan sosial. Orang tua perlu memberikan pengawasan, perhatian, pendidikan moral, dan komunikasi terbuka agar remaja memiliki kemampuan lebih baik dalam mengontrol perilaku serta mengambil keputusan. Pihak sekolah juga diharapkan memperkuat edukasi kesehatan reproduksi, pembinaan karakter, dan layanan bimbingan konseling yang berorientasi pada peningkatan pengendalian diri siswa. Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan kajian dengan menambahkan variabel lain, seperti pengaruh teman sebaya, pola asuh orang tua, religiusitas, penggunaan media sosial, dan pengetahuan kesehatan reproduksi agar hasil penelitian menjadi lebih luas dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, W., Muna, Z., & Julistia, R. (2021). Gambaran kontrol diri pada siswa SMP Kota Lhokseumawe dalam mencegah perilaku seksual pranikah. *Jurnal Diversita*, *7*(1), 72–78. https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.4526

Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, *80*(4), 286–303.

Fauzi, I. (2023). *Statistik penelitian pendidikan: Panduan praktis analisis data statistik melalui aplikasi SPSS-26*. Badan Penerbit STIEPARI Press.

Fauzia, M. A., & Taufik. (2022). Perilaku seksual pranikah remaja ditinjau dari kontrol diri, komunikasi orang tua-anak tentang seksual, dan konformitas. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, *11*(2), 91–104. https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.60974

Ferdyansah, M., Lestari, H., & Kamrin. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual pada remaja di SMA Negeri 1 Watubangga tahun 2023. *Jurnal WINS*, *5*(1), 46–51.

Indartini, M., & Mutmainah. (2024). *Analisis data kuantitatif: Uji instrumen, uji asumsi klasik, uji korelasi dan regresi linier berganda*. Penerbit Lakeisha.

Julhadi, Susilawati, D., Rosa, S., Adriani, P., Ganiem, L. M., Fazilla, S., Aminy, M. H., Nurainiah, Syafruddin, Setyowidodo, A., Julyanti, E., & Ratnaningtyas, E. M. (2022). *Metodologi penelitian pendidikan* (N. Saputra (ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Kusumo, A. T., & Harsono, Y. T. (2022). The relationship between self-control and cybersex in adolescent students at the University of TK. *KnE Social Sciences*, *2022*, 55–65. https://doi.org/10.18502/kss.v7i18.12377

Mendrofa, F. A. M., & Susilowati, K. (2024). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Penamuda Media.

Putri, H., Nur, H., & Ansar, W. (2023). Pengaruh kontrol diri terhadap bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah pada remaja akhir. *Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, *2*(6), 1184–1192.

Rahardjo, W., Citra, A. F., Saputra, M., Damariyanti, M., Ayuningsih, A. M., & Siahay, M. M. (2017). Perilaku seks pranikah pada mahasiswa: Menilik peran harga diri, komitmen hubungan, dan sikap terhadap perilaku seks pranikah. *Jurnal Psikologi*, *44*(2), 139–152. https://doi.org/10.22146/jpsi.23659

Rahmawati, A. A., Wibowo, B. Y., & Wahyuningsih, L. (2023). The influence of self-control on premarital sexual behavior. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, *7*(2), 160–174. https://doi.org/10.21043/konseling.v7i2.23819

Salsabiilaa, N., Rini, A. P., Pratitis, N., & Rina, A. P. (2023). The influence of self-control and the intensity

of social media usage on adolescent sexual behavior. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, *14*(3), 311–321. https://doi.org/10.26740/jptt.v14n03.p311-321

Sari, E. (2021). Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap perilaku seksual pada remaja di SMA Karya Handayani Langga Payung tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, *1*(1), 86–92. https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.33

Sarwono, S. W. (2018). *Psikologi remaja*. Rajawali Pers.

Soesana, A., Subakti, H., Karwanto, Kuswandi, A. F. S., Sastri, L., Aswan, I. F. N., Hasibuan, F. A., & Lestari, H. (2023). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Yayasan Kita Menulis.

Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R\&D*. Alfabeta. http://www.cvalfabeta.com

Thien, A. D., Littik, S. K. A., & Wijaya, R. P. C. (2023). Self-control and risky sexual behavior teenager. *Journal of Health and Behavioral Science*, *5*(1), 159–171. https://doi.org/10.35508/jhbs.v5i1.10048

Utami, F., & Handayani, A. M. (2023). Pemberdayaan perempuan dalam upaya pencegahan kehamilan di luar nikah di Desa Jangga Kecamatan Batin XXIV Kabupaten Batanghari. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *12*(2), 391–397. https://doi.org/10.36565/jab.v12i2.687

Wardani, D. A., & Alfiani, R. N. (2022). Hubungan kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *8*(4), 551–555.

Yudia, S. M., Cahyo, K., & Kusumawati, A. (2018). Perilaku seksual pranikah pada mahasiswa kost: Studi kasus pada perguruan tinggi "X" di wilayah Jakarta Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *6*(1), 819–825. https://doi.org/10.14710/jkm.v6i1.20324