

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pacaran adalah merupakan perilaku berawal dari rasa suka atau tertarik terhadap lawan jenis, rasa suka itu kemudian diwujudkan dengan hubungan pacaran (menjadi sepasang kekasih), dan menyebabkan timbulnya perilaku pacaran (Muslimah, 2013). Perilaku berpacaran ini dijadikan sebagai proses pembelajaran bagi individu untuk lebih mengenal, lebih mengerti kebiasaan dan kepribadian pasangannya.

Perilaku pacaran akan menimbulkan perilaku pacaran sehat dan perilaku pacaran berisiko. Pacaran sehat dapat dilakukan dengan tujuan saling memberikan semangat dan motivasi satu sama lain (Hutagalung, 2008). Menurut Alfiani (2014) berpacaran akan terjadi interaksi tolong menolong, sebagaimana berteman dengan orang lain pacaran dapat meningkatkan kesempatan pada remaja untuk mempelajari aturan sosial yang baru untuk mengerti bagaimana menerima diri sendiri atau pasangannya.

Relasi pacaran diisi dengan sikap saling menghargai, menjaga dan penuh dengan kasih sayang. Namun beberapa penelitian malah mengatakan sebaliknya, pacaran dapat menjadi berisiko jika tidak dikontrol dengan baik. Wahyuni (2020) menemukan bahwa dalam pacaran berisiko terjadi kekerasan, merasa ketergantungan dengan pasangan, dan adanya dorongan seksual. Berdasarkan hasil penelitian Wahyuni (2020) di Bandung diperoleh fakta bahwa pelaku kekerasan seksual paling banyak adalah pacar, yaitu sebanyak 1320 kasus, dan hal ini konsisten selama tiga tahun.

Hikmah (2023) juga menyatakan bahwa gaya berpacaran yang sering berdua-duaan, saling berpegangan tangan, dan berpelukan bisa mengarah pada perilaku hubungan seksual. Perilaku ini muncul rasa ingin tahu tentang seksualitas secara nyata, sehingga muncul keinginan untuk mencoba semua hal. Faktor lain timbulnya rasa ingin berpacaran juga dipengaruhi oleh kurangnya perhatian dan kasih sayang yang didapat (Blyth dkk, 2003).

Banyaknya mahasiswa yang ada pada sebuah universitas, menimbulkan keinginan untuk saling mengenal lebih dekat. Tak jarang mahasiswa menjalin kedekatan dengan cara berpacaran. Penelitian yang dilakukan oleh Ohee dan Purnomo (2018) menunjukkan bahwa ada sebanyak 260 mahasiswa Papua yang sedang berkuliah di Kota Surabaya yang berpacaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa status hubungan berpacaran berpengaruh terhadap perilaku pacaran berisiko. Dalam berpacaran, jika individu tidak dapat mengontrol perilakunya dapat memicu perilaku seksual pranikah atau perilaku pacaran berisiko (Mahfiana, 2009). Awal mulanya hubungan antara lawan jenis hanya sekedar bergandengan tangan, tetapi semakin lama dapat menjurus pada perilaku seksual. Dijelaskan bahwasanya individu yang mampu mengatur dirinya sendiri akan berkurang perilaku seksualnya daripada individu yang merasa dirinya mudah dipengaruhi atau merasa bahwa keadaan dirinya lebih banyak ditentukan oleh faktor-faktor luar. Individu yang dapat menahan diri cenderung tidak melanggar larangan-larangan seperti perilaku berciuman dan perilaku seksual lainnya (Sarwono, 2005).

Berdasarkan fenomena di atas maka diperlukan kontrol diri pada mahasiswa yang berpacaran. Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini (Averill dalam

Ghufron, 2011). Kemampuan kontrol diri yang terdapat pada seseorang memerlukan peranan penting interaksi dengan orang lain dan lingkungannya agar membentuk kontrol diri yang matang (Marsela, 2019).

Kurangnya kontrol dirinya dilihat dari sebagian besar mereka masih menghabiskan waktu dengan berpacaran. Berdasarkan situasi dan kondisi perilaku yang paling fatal akan berpengaruh buruk pada mahasiswa. Oleh karena itu berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk meneliti "Gambaran Kontrol Diri Pada Mahasiswa Yang Berpacaran di Universitas Malikussaleh".

1.2 Keaslian Penelitian

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Putri dan Atika (2021) dengan judul penelitian Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Seksual pada Remaja Berpacaran. Penelitian ini adalah kuantitatif ini menggunakan metode survei dengan melibatkan 86 remaja. Teknik pengambilan sampel secara acak, menggunakan instrumen penelitian, dan analisis datanya menggunakan metode statistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap perilaku seksual pada remaja berpacaran di Surabaya. Perbedaan penelitian Putri dkk (2021) dengan penelitian ini adalah penelitian menggunakan subyek penelitian yang berbeda yaitu Mahasiswa Universitas Malikussaleh metode penelitian yang berbeda yaitu metode penelitian kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan variabel Gambaran Kontrol Diri Perilaku Berpacaran Pada Mahasiswa Universitas Malikussaleh.

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti dkk (2021) dengan judul Gambaran Kontrol diri

pada siswa SMP Kota Lhokseumawe dalam Mencegah Perilaku Seksual Pranikah. Penelitian ini penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif untuk mengetahui gambaran tentang kontrol diri dalam mencegah terjadinya perilaku seksual pranikah pada siswa SMP di Kota Lhokseumawe. Teknik Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling* yang sesuai dengan karakteristik dan dianggap mewakili siswa sekolah menengah pertama di kota Lhokseumawe. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP di Kota Lhokseumawe memiliki kontrol diri yang rendah (62%), artinya sebagian besar siswa SMP di Kota Lhokseumawe belum mampu mengatur dirinya untuk tidak melakukan perilakunya dalam mencegah perilaku seksual pranikah. Perbedaan penelitian Astuti dkk (2021) dan penelitian ini adalah dari penelitian sebelumnya adalah subjek yang berbeda, penelitian Astuti (2021) menggunakan subjek siswa SMP, sedangkan penelitian menggunakan subjek mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Ennyah (2021) dengan judul penelitian Tingkat Kontrol Diri Siswa di SMPN 4 Kota Jambi. Penelitian ini penarikan sampel menggunakan *simple random sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan angket atau kuesioner dengan model skala likert dengan alternatif lima pilihan jawaban. Hasil penelitian menunjukkan 75,08% siswa di SMPN 4 Kota Jambi memiliki kontrol diri dengan tingkatan tinggi. Jika dilihat perindikator pada deskripsi data menggunakan rumus *kontinum interval normative* (KIN) aspek kontrol perilaku berada pada tingkatan tinggi sebesar 73,19%, pada aspek kontrol kognitif berada pada tingkatan tinggi sebesar 77,07%, dan pada aspek mengontrol keputusan berada pada tingkatan sedang sebesar 74,63%. Hasil dari pengolahan KIN didapatkan 35 siswa dengan persentase 33,65% dikategorikan tingkatan kontrol dirinya sangat tinggi, sebanyak 40 siswa dengan persentase 38,46% dikategorikan tingkatan kontrol dirinya tinggi, sebanyak 18 siswa dengan persentase 17,3% dikategorikan tingkatan kontrol dirinya sedang, sebanyak 9 siswa dengan

persentase 8,65% dikategorikan tingkatan kontrol dirinya rendah dan sebanyak 2 siswa dengan persentase 1,92% dikategorikan tingkatan kontrol dirinya sangat rendah. Perbedan penelitian Ennysah (2021) dengan penelitian ini adalah penelitian sebelumnya yang meneliti tentang topik pemaafan dan berbagai aspek yang berbeda. Dari penelitian sebelumnya terdapat hasil yang berbeda-beda dengan subjek yang berbeda pula sehingga disini penulis juga ingin meneliti tema yang sama akan tetapi dengan subjek dan objek yang berbeda untuk mengetahui hasil lebih lanjut mengenai penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Pasaribu dkk (2014) dengan judul Kontrol Diri Terhadap Munculnya Perilaku Seksual Pada Pria Dewasa Awal Lajang. Dengan metode penelitian metode kualitatif dengan wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri kedua partisipan muncul saat berusia 27 tahun. Kontrol diri yang dilakukan oleh kedua partisipan adalah kontrol perilaku, kontrol kognitif dan mengontrol keputusan. Faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri pada kedua partisipan adalah faktor internal (kedua partisipan sudah berada dalam titik jenuh, kedua partisipan ingin berubah) dan faktor eksternal (lingkungan disekitar partisipan). Perbedaan penelitian Pasaribu, dkk (2014) dengan penelitian saya adalah dari penelitian sebelumnya terdapat hasil yang berbeda-beda dengan subjek yang berbeda pula sehingga disini penulis juga ingin meneliti tema yang sama akan tetapi dengan subjek dan objek yang berbeda untuk mengetahui hasil lebih lanjut mengenai penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan Pakpahan (2014) bertujuan untuk mengetahui perbedaan kontrol diri dalam berpacaran pada mahasiswa-mahasiswi Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara dan Universitas Sumatera Utara. Subjek penelitian adalah mahasiswa-mahasiswi di Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara dan Universitas Sumatera Utara yang berjumlah 90 orang. Alat ukur yang digunakan adalah instrumen kontrol diri yang terdiri dari 46 aitem ($\alpha =$

0,911). Analisis data menggunakan teknik t-test. Berdasarkan analisis data, diperoleh bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada perbedaan kontrol diri dalam berpacaran pada mahasiswa-mahasiswi Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara dan Universitas Sumatera Utara. Hal ini dibuktikan dengan nilai atau koefisien perbedaan t-test $X = 14,356$ dengan $p < 0,010$. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa mahasiswa-mahasiswi Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara lebih tinggi dengan nilai rata-rata 155,31 dibandingkan dengan mahasiswa-mahasiswi Universitas Sumatera Utara dengan nilai rata-rata 110,96. Perbedaan penelitian Pakpahan (2014) dengan penelitian ini adalah pada pendekatan yang digunakan. Peneliti Pakpahan meneliti tentang perbedaan kontrol diri dari dua kampus yang berbeda, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat diambil dari latar belakang di atas yaitu Bagaimana Gambaran Kontrol Diri Pada Mahasiswa Yang Berpacaran Di Universitas Malikussaleh berdasarkan aspek-aspek Kontrol Diri?

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Bagaimana Gambaran Kontrol Diri Pada Mahasiswa Yang Berpacaran Di Universitas Malikussaleh berdasarkan aspek-aspek Kontrol Diri.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang psikologi sosial yang berkaitan dengan kontrol diri dan perilaku berpacaran

Sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya terkait kontrol diri.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi subyek penelitian

Penting untuk mengetahui sejauh mana terlihat perilaku berpacaran pada kontrol diri subyek.

2. Bagi Universitas

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan penelitian bagi Universitas Malikussaleh dampak berpacaran pada mahasiswa sehingga terlihat dampak pacaran dan pertimbangan dalam kontrol diri yang tepat.

3. Bagi Orang Tua

Memberikan informasi dan pengetahuan kepada orangtua untuk lebih memperhatikan perkembangan anak khususnya dalam perkembangan seksualnya agar anak dapat diarahkan untuk menghindari perbuatan yang melanggar nilai dan norma agama.

