

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA MAHASISWA YANG  
BERPACARAN DI UNIVERSITAS MALIKUSSALEH**

**SKRIPSI**



**SYARIF AMIN  
170620029**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
ACEH UTARA  
2024**

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA MAHASISWA YANG  
BERPACARAN DI UNIVERSITAS MALIKUSSALEH**

Diajukan kepada Program Studi Psikologi Universitas Malikussaleh sebagai Pemenuhan  
Sebagian dari Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi



**SYARIF AMIN  
170620029**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
JURUSAN PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MALIKUSSALEH  
ACEH UTARA  
2024**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Bersama ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Gambaran Kontrol Diri Pada Mahasiswa Yang Berpacaran Di Universitas Malikussaleh” sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya-karya orang lain, pemalsuan data dan saya tidak melakukan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku. Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar etika tersebut, maka saya bersedia menerima sanksi serta konsekuensi berupa pencabutan gelar sarjana yang telah saya peroleh.

Reuleut, 26 Januari 2024  
Yang Membuat Pernyataan,



Syarif Amin  
170620029

## **MOTTO HIDUP**

“Santai Bukan Berarti Lalai”

HALAMAN PENGESAHAN

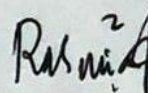
GAMBARAN KONTROL DIRI PADA MAHASISWA YANG  
BERPACARAN DI UNIVERSITAS MALIKUSSALEH

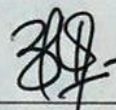
SYARIP AMIN  
170620029

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi  
Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh untuk Memenuhi Sebagian  
dari Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
pada Tanggal: 26 Januari 2024

Dewan Penguji terdiri dari:  
Pembimbing

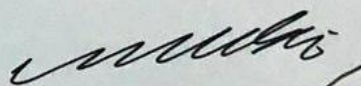
1. Rahmia Dewi, S.Psi., M.Psi  
NIPK. 201801197806102001
2. Ella Suzanna, S.Psi., M.HSc  
NIP. 198107142008122001

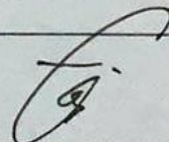




Penguji

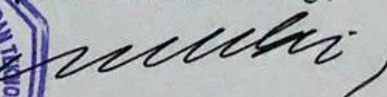
1. Riza Musni, S.Kp., M.Kes  
NIP. 197306052001121003
2. Safuwan, S.Ag., M.Psi  
NIP. 197110172006041001







Mengesahkan,  
Ketua Jurusan Psikologi,



Riza Musni, S.Kp., M.Kes  
NIP. 197306052001121003

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kontrol diri perilaku berpacaran pada mahasiswa yang berpacaran di Universitas Malikussaleh. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Penelitian ini melibatkan sebanyak 276 mahasiswa aktif di Universitas Malikussaleh dengan pengambilan sampel menggunakan rumus Isaac dan Michael. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kontrol diri yang terdiri dari aspek yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri pada mahasiswa Universitas Malikussaleh dalam perilaku berpacaran tergolong tinggi dengan persentase 52,2%. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa mampu mengendalikan dirinya dengan baik dan berusaha untuk menahan diri untuk tidak melakukan hal yang negatif, dan mahasiswa mampu menyeleksi informasi positif dan negatif serta mampu mengontrol diri dalam mengambil keputusan sehingga dapat menghindari hal yang tidak baik. Berdasarkan jenis kelamin, laki laki dan perempuan sama sama mempunyai kontrol diri tinggi. Jika dilihat dari aspeknya, ketiga aspek kontrol diri menunjukkan kategorisasi tinggi, dan kontrol keputusan memiliki persentase paling tinggi.

*Kata Kunci: Kontrol diri, Mahasiswa, Perilaku Berpacaran*

### ***ABSTRACT***

This research aims to find out how self-control of dating behavior is described in Malikussaleh University students. The method used in this research is a quantitative descriptive method. This research involved two hundred and seventy-six active students at Malikussaleh University with samples taken using the Isaac and Michael formula. The instrument used in this research is self-control which researchers received theory which consists of aspects, namely behavioral control, cognitive control and decision control. The results of the research show that Malikussaleh University students' self-control in dating behavior is relatively high with a percentage of 52.2%. This shows that students are able to control themselves well and try to restrain themselves from doing negative things, and students are able to select positive and negative information and are able to control themselves in making decisions so they can avoid bad things. Research based on male and female gender has high control. Research based on aspects also shows that have high categorization. But the control decision makers is highest.

Keywords: Dating, Self-control, Students

## KATA PENGANTAR

Assalamua'laikum Wr. Wb.

Alhamdulillah Rabbil'alamin. Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia yang selalu dilimpahkan-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi. Pertolongan dan petunjuk-Nya merupakan kasih sayang yang tercurahkan kepada peneliti untuk menggapai keberhasilan dalam menyelesaikan karya sederhana ini. Penyusunan skripsi dimaksudkan untuk memenuhi tugas akhir sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Universitas Malikussaleh.

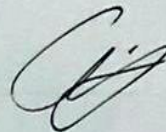
Segala hambatan, rintangan, suka maupun duka dalam penyelesaian skripsi ini adalah suatu hikmah yang sangat berarti bagi peneliti. Akhirnya hanya ucapan syukur yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT yang dapat dihadiahkan peneliti. Serta tidak lupa, peneliti ingin mengucapkanterimakasih dan memberikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Herman Fithra, S.T., M.T., IPM., ASEAN. Eng, selaku Rektor Universitas Malikussaleh.
2. Bapak dr. Muhammad Sayuti, Sp.B. (K) BD, selaku Dekan Fakultas Kedokteran.
3. Bapak Riza Musni, S.Kp., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan juga dosen penguji utama skripsi saya.
4. Ibu Ella Suzanna, S.Psi., M.HSc, selaku Sekretaris Jurusan Psikologi FakultasKedokteran Universitas Malikussaleh dan sekaligus dosen pembimbing pendamping saya.
5. Ibu Nursan Junita, BHSc., MA., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi sekaligus sebagai dosen penguji pedamping.
6. Ibu Rahmia Dewi, S.Psi., M.Psi., selaku Dosen pembimbing skripsi utama.
7. Bapak Safuwan S.Ag., M.Psi, selaku dosen penguji kedua.
8. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan yang selalu mendukung dalam proses penyelesaian skripsi ini.



Dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, karena itu segala kritik dan saran yang membangun akan menyempurnakan penulisan skripsi ini serta bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Reuleut, 26 Januari 2024



Syarif Amin

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN ORISINALITAS.....</b>	<b>i</b>
<b>MOTTO HIDUP.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>.vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>.x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>.xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Keaslian Peneliti.....	4
1.3. Rumusan Masalah .....	8
1.4. Tujuan Penelitian .....	8
1.5. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>9</b>
2.1. Kontrol Diri .....	9
2.1.1. pengertian kontrol diri .....	9
2.1.2. Aspek-aspek kontrol diri .....	10
2.1.3. Faktor-faktor kontrol diri .....	11
2.2. Mahasiswa.....	12
2.3. Berpacaran. ....	14
2.4. Kerangka Berpikir .....	19
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>20</b>
3.1. Desain Penelitian .....	20
3.2. Identifikasi Penelitian .....	20
3.3. Definisi Operasional variabel .....	20
3.4. Populasi dan Subyek Penelitian .....	20
3.4.1. Subyek Penelitian .....	21
3.4.2. Subyek Penelitian.....	21

3.5. Metode Pengumpulan Data .....	23
3.6. Prosedur Penelitian .....	24
3.6.2 . Persiapan Administarasi.....	24
3.6.3. Peneliti .....	24
3.6.4. Tahap Pelaksanaan Skoring .....	25
3.7. Insturumen Alt Ukur.....	25
3.8. Variabel dan Reliabilitas .....	25
3.8.1. Validitas .....	26
3.8.2. Reliabilitas.....	26
3.9. Analisis Data .....	26
<b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>	<b>27</b>
4.1. Orientasi Penelitian .....	27
4.1.1. Lokasi Penelitian.....	27
4.1.2. Deskripsi Subjek Pendidikan .....	27
4.2. Hasil Penelitian .....	29
4.2.1. Deskripsi Hasil Penelitian.....	29
4.2.2. Pembahasan.....	38
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>44</b>
5.1 Kesimpulan .....	44
5.2 Saran .....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>49</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Gambaran Subjek Berdasarkan jenis kelamin .....	28
Tabel 4.2. Gambaran subjek berdasarkan Fakultas.....	28
Tabel 4.2. Gambaran Subjek Berdasarkan umur .....	29
Tabel 4.3. Deskripsi Mean Empirik dan Mean Hipotetik Skala Kontrol diri ..	29
Tabel 4.4. Rumus Kategorisasi .....	31
Tabel 4.5. Hasil Kategorisasi .....	32
Tabel 4.6. Deskripsi data Xmin, Xmax, Mean dan SD Berdasarkan Jenis Kelamin .....	33
Tabel 4.7. Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	33
Tabel 4.8. Deskripsi data Xmin, Xmax,Mean dan SD Berdasarkan usia .....	34
Tabel 4.9. Kategorisasi Berdasarkan usia .....	34
Tabel 4.10. Deskripsi data Xmin, Xmax,Mean dan SD Berdasarkan aspek.....	36
Tabel 4.11. Kategorisasi Berdasarkan aspek.....	36

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berpikir .....	19
-------------------------------------	----

# **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 Ennysah (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. Perbedaan 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**

1. Secara teoritis hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan mengembangkan ilmu pengetahuan dibidang psikologi sosial yang berkaitan dengan kontrol diri dan prilaku berpacaran
2. Sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya terkait kontrol diri.

#### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi subyek penelitian  
Penting untuk mengetahui sejauh mana terlihat prilaku 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.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Kontrol Diri**

##### **2.1.1. Pengertian Kontrol Diri**

Menurut Averill (1973) mengemukakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam memodifikasi perilaku, mengelola informasi dengan cara menginterpretasikan kemampuan tersebut sehingga individu mampu bertindak lebih baik. Sementara itu Baumeister (2007) mengatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk bertindak atau merespon sebagai alternatif pencegahan mengurangi stimulus/peristiwa yang tidak diinginkan. Serta cara menentukan kemampuan dalam upaya membentuk perilaku yang bernilai moral dan mengarah pada perilaku positif ditengah masyarakat. Menurut Chaplin (2015) Kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat diketahui bahwa kontrol diri diartikan sebagai suatu kemampuan atau keterampilan yang dimiliki oleh individu untuk mengendalikan dirinya baik tingkah lakunya, tindakan dalam pengambilan keputusan agar sesuai dengan yang diinginkan dan terhindar dari akibat yang tidak diinginkan.

### 2.1.2. Aspek- aspek Kontrol diri

Averill (1973) mengemukakan 3 aspek dari kontrol; diri yang terdiri kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

#### 1. *Behavioral control* (mengontrol perilaku)

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini terbagi menjadi dua komponen, mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) yakni kemampuan dalam menentukan peran diri untuk menghadapi kondisi yang lebih dominan, ikut terpengaruh sumber luar atau berteguh pada diri sendiri, dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*) yakni kemampuan individu untuk memodifikasi kapan stimulus diharapkan muncul sehingga mampu dikondisikan.

#### 2. *Cognitive control* (mengontrol kognitif)

Aspek *cognitive control* merupakan kemampuan dalam pengolahan informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu peristiwa dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan (Averill, 1973). Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*) (Averil, 1973).

### 3. *Decision control* (mengontrol keputusan)

*Decision control* merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kemampuan dalam aspek *decision control* ini diperuntukan sebagai kemampuan dalam pengendalian diri berdasarkan situasi yang dihadapi dan dapat mempertimbangkan hasilnya. Seperti menentukan pilihan berdasarkan suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan (Averil,1973).

#### **2.1.3. Faktor-faktor Kontrol diri**

Faktor-faktor kontrol diri menurut Averill (1973) terdiri dari 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal perilaku, sebagai berikut:

##### 1. Faktor Internal

Faktor internal kontrol diri meliputi kondisi emosi, minat, kepribadian, kemampuan kognitif dan usia seseorang. Menurut Averill (1973) semakin matang usia seseorang maka semakin baik seseorang tersebut melakukan pengontrolan diri. Faktor internal ini berasal dari dalam diri seseorang.

##### 2. Faktor Eksternal

Averill (1973) menyatakan bahwa faktor eksternal pada kontrol diri dipengaruhi oleh lingkungan keluarga. Seperti pentingnya peran orangtua.



## **2.2. Mahasiswa**

Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Perguruan Tinggi. Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi. Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, sementara itu Perguruan Tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi.

Tujuan pendidikan tinggi dapat tercapai apabila Tridharma Perguruan Tinggi dapat terlaksana, yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, melakukan penelitian dan melakukan pengabdian pada masyarakat (UU RI Nomor 12 tahun 2012). Penelitian merupakan salah satu aspek Tridharma Perguruan Tinggi, dengan kegiatan penelitian diharapkan individu dapat memperoleh pengetahuan empirik dan teori baru, termasuk mahasiswa untuk memperoleh pengetahuan empirik dan teori baru diwajibkan kegiatan penelitian berupa skripsi. Skripsi sebagai salah satu jenis karya tulis ilmiah yang disusun oleh mahasiswa berdasarkan hasil penelitian yang memenuhi syarat-syarat ilmiah dan digunakan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana strata satu.

## **2.3. Berpacaran**

### **2.2.3. Definisi Pacaran**

Menurut Degenova (2005) “Pacaran adalah menjalankan suatu hubungan di mana dua orang bertemu dan melakukan serangkaian aktivitas bersama agar dapat mengenal satu sama lain”. Istilah pacaran

tidak dikenal dalam islam, sementara istilah untuk menjalin hubungan antara laki-laki dan perempuan pranikah, islam hanya mengenal istilah khitbah (meminang). Dapat disimpulkan bahwa berpacaran adalah serangkaian aktivitas bersama yang diwarnai keintiman serta adanya ketertarikan emosi antara pria dan wanita yang belum menikah dengan tujuan saling mengenal dan melihat kesesuaian antara satu sama lain sebagai pertimbangan sebelum menikah.

Para ahli mengemukakan ada beberapa alasan mengapa remaja berpacaran Degenova (2005) dan Blyth dkk (2003), yaitu:

1. Suatu bentuk rekreasi, salah satu alasan bagi remaja berpacaran adalah untuk bersantai-santai, menikmati diri mereka sendiri dan memperoleh kesenangan.
2. Menjaln keakraban dengan lawan jenis, dengan berpacaran memberikan kesempatan untuk menciptakan hubungan yang unik dengan lawan jenis. Berpacaran juga dapat melatih keterampilan-keterampilan sosial, mengatur waktu, uang dan malatih kemandirian.
3. Eksperimen dan penggalian hal-hal seksual, Pacaran menjadi lebih berorientasi seksual dengan adanya peningkatan jumlah kaum muda yang semakin tertarik untuk melakukan hubungan intim
4. Pacaran dapat mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang sikap dan perilaku pasangan satu sama lain, pasangan dapat belajar bagaimana cara mempertahankan hubungan dan bagaimana

mendiskusikan dan menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang terjadi.

5. Proses sosialisasi dengan berpacaran akan terjadi interaksi tolong menolong, sebagaimana berteman dengan orang lain.
6. Berpacaran dapat menjadi alat untuk memilih dan menyeleksi pasangan dan tetap memainkan fungsi awalnya sebagai masa perkenalan untuk hubungan yang lebih jauh.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa alasan remaja berpacaran yaitu sebagai bentuk rekreasi, proses sosialisasi, menjalin keakraban dengan lawan jenis, eksperimen dan penggalian hal-hal seksual, pemilihan teman hidup dan mengembangkan pemahaman sikap.

### **2.3.2. Bentuk perilaku pacaran**

Ada yang membagi pacaran menjadi dua jenis, yaitu pacaran sehat dan pacaran tidak sehat. Bentuk perilaku pacaran sehat meliputi fisik, psikis dan sosial yang dapat diterima oleh teman maupun masyarakat. Sedangkan pacaran tidak sehat meliputi *kissing*, *necking*, *petting* dan *intercourse* (Iwan, 2010). Menurut Daud (2016) bentuk perilaku pacaran yang biasa dilakukan oleh para remaja meliputi tindakan jalan berdua, mengobrol, bercanda hingga ke hal-hal yang negatif seperti berpelukan, ciuman, meraba-raba pasangannya atau pacar. Seringkali perilaku pacaran dikalangan remaja dikaitkan dengan hubungan seks pranikah, karena bentuk perilaku pacaran yang dilakukan biasanya diikuti dengan

sejumlah pengalaman yang dapat memberikan perangsangan bagi remaja untuk mengadakan hubungan seks dengan pasangannya.

### **2.3.3. Faktor-faktor pendorong perilaku pacaran**

Kematangan hormon-hormon ini yang dapat menimbulkan dorongan-dorongan erotis, sehingga muncul sifat romantis disertai dengan keinginan yang kuat untuk memperoleh dukungan ketertarikan dari lawan jenis (Setiawan, 2008)

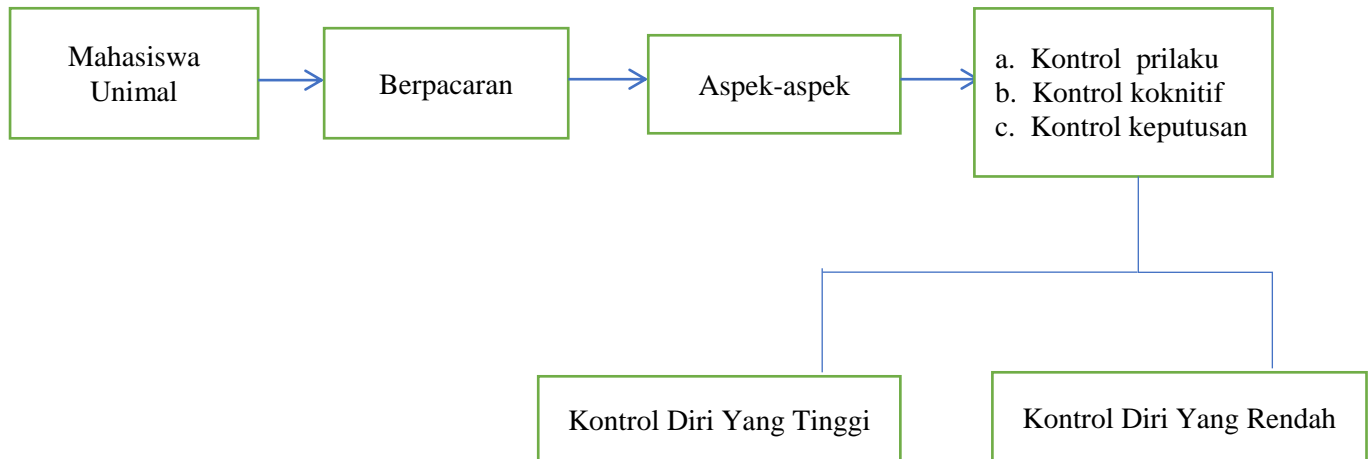
Mudjijanti (2010) mengatakan bahwa faktor pendorong dalam diri individu bersumber dari motivasi untuk dapat memenuhi kebutuhannya. Menurut Indriyani (2016) teknologi yang semakin canggih membuat individu terutama para remaja, lebih mudah untuk mengakses segala konten yang ada di internet apalagi untuk berkomunikasi dengan pasangannya. diantaranya: Banyak orang tua yang sibuk dengan pekerjaan atau sibuk dengan urusan lainnya, sehingga pengawasan dan perhatian dari orang tua terhadap anaknya menjadi kendur. Menurut DeGenova (2005) salah satu alasan bagi para remaja yang berpacaran secara sederhana yaitu untuk bersantai-santai, menikmati diri mereka sendiri dan memperoleh kesenangan bersama teman sebayanya.

Dari beberapa penjelasan tersebut maka dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor pendorong adanya perilaku pacaran berasal dari dalam diri individu, perkembangan teknologi, orang tua dan teman sebaya atau lingkungan pergaulan. Perilaku pacaran adalah serangkaian aktivitas yang dilakukan oleh sepasang kekasih karena adanya ketertarikan yang dilandasi atas dasar suka sama suka dengan berbagai bentuk mulai dari mengobrol, bercanda, jalan berdua,

bersentuhan, berciuman, bercumbu hingga berhubungan intim dengan pasangannya, yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang dilakukan di lokasi tertentu sehingga dapat menimbulkan dampak dan persepsi bagi pelakunya.

## 2.4. Kerangka Berpikir

Gambar 1



Dari kerangka di atas dapat kita lihat bahwasanya mahasiswa Universitas Malikussaleh yang berpacaran dipengaruhi oleh kontrol diri. Dimana dalam kontrol diri memiliki tiga aspek yaitu kontrol perilaku yang berkemampuan memodifikasi stimulus, kontrol kognitif didalamnya memperoleh informasi dan melakukan penilaian dan terakhir kontrol keputusan. Dengan demikian dapat menemukan tinggi dan rendahnya kontrol diri seseorang.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Desain pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif yang mana analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber lain terkumpul (Sugiyono, 2019). Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih detail mengenai suatu gejala atau fenomena (Priyono, 2008). Dalam penelitian ini, metode deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran kontrol diri pada mahasiswa berpacaran di Universitas Malikussaleh.

#### **3.2 Identifikasi Penelitian**

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kontrol Diri.

#### **3.3 Definisi Operasional Variabel**

##### **3.3.1 Kontrol Diri**

Kontrol diri adalah kemampuan yang dimiliki oleh mahasiswa untuk dapat mengendalikan diri dari perilaku pacaran yang negatif, memiliki pengetahuan dan informasi terkait pacarana yang sehat, serta memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan pacaran yang dapat memberikan motivasi dalam meningkatkan akademik. Kontrol diri di ukur dengan menggunakan aspek yang di susun berdasarkan tiga aspek yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, kontrol keputusan. Kemampuan mahasiswa untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi, dan memiliki suatu keputusan yang tepat di dalam berpacaran.

### 3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

#### 3.4.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari obyek atau subyek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2019). Populasi dari penelitian adalah Mahasiswa Universitas Malikussaleh dengan populasi 17.937 orang (Universitas Malikussaleh, 2023)

#### 3.4.2 Sampel Penelitian

Teknik pengambilan sampel ditentukan dari jumlah populasi penelitian. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan rumus Isaac dan Michael (Sugiyono, 2019).

$$S = \frac{\pi^2 \cdot N \cdot P \cdot Q}{a(N - 1) + \pi^2 \cdot P \cdot Q}$$

$\pi^2$  dengan  $dk = 1$ , taraf kesalahan bias 1%, 5%, 10%.

$P = Q = 0,5$ .  $d = 0,05$ .  $s =$  jumlah sampel

Keterangan:

$S$  : Jumlah sampel

$\pi^2$  : Chi kuadrat yang harganya tergantung derajat kebebasan dan tingkat kesalahan. Untuk derajat kebebasan 1 dan kesalahan 10% harga Chi Kuadrat = 2,706 (Tabel Chi Kuadrat)

$N$  : jumlah populasi

$P$  : Peluang benar (0,5)

$Q$  : Peluang salah (0,5)



D : Perbedaan antara rata-rata sampel dengan rata-rata populasi Perbedaan bias 0,01; 0,05; dan 0,1.

Populasi penelitian ini didapatkan adalah sebanyak 17.937 mahasiswa aktif yang ada di universitas Malikussaleh, dan ditentukan batas toleransi kesalahan sebesar 5% serta nilai  $d = 0,05$ . Maka dapat ditentukan jumlah sampel penelitian sebagai berikut :

$$\begin{aligned} S &= \frac{2,706 \times 17.937 \times 0,5 \times 0,5}{0,5 \times (17.937 - 1 + 2,706 \times 0,5 \times 0,5)} \\ &= \frac{12.134,3805}{43,91015} \\ &= 276,348545 \\ &= 276 \text{ Sampel} \end{aligned}$$

Pada perhitungan rumus di atas, maka dapat ditentukan jumlah sampel dalam pengumpulan data primer yaitu dilakukan terhadap 276 sampel Mahasiswa Universitas Malikussaleh.

### 3.5 Metode Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2018) metode pengumpulan data adalah langkah utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data, jika peneliti tidak mengetahui metode pengumpulan data maka peneliti tidak akan mendapat data yang memenuhi standar. Terdapat satu skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala Kontrol diri dengan pengukuran menggunakan skala likert. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah model skala *likert*

dengan menyajikan empat alternatif jawaban yaitu, sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Nilai dari jawaban yang dipilih menggunakan empat kategori jawaban, yaitu sebagai berikut:

**Tabel 3.1**

*Penilaian pernyataan Favourable dan Unfavorable*

No.	Alternatif Jawaban	Skor	
		Favourable	Unfavourable
1.	Sangat setuju	4	1
2.	Setuju	3	2
3.	Tidak setuju	2	3
4.	Sangat tidak setuju	1	4

### 3.6 Prosedur Penelitian

#### 1. Persiapan Alat Ukur Penelitian

Peneliti ini menggunakan satu skala yang mempersiapkan alat ukur berdasarkan skala yang diadopsi dari Hermanda (2018) berdasarkan aspek kontrol diri dari Averill (1973) Skala pengukuran disusun menggunakan skala kategori dengan 4 variasi respon jawaban, yaitu sangat Setuju (SS), Setuju (S) atau Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Hal tersebut dilakukan untuk memperoleh item-item yang dapat mengukur apa yang ingin di ukur. Setelah data terkumpul peneliti menggunakan SPSS *for windows* 22.0. peneliti melakukan penelitian.

#### 2. Tahap Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data melalui skala, peneliti terlebih dahulu mempersiapkan keperluan administrasi yang dibutuhkan, yaitu surat permohonan izin pengambilan data untuk skripsi yang ditujukan kepada Mahasiswa Universitas

Malikussaleh. Penelitian dilakukan di Universitas Malikussaleh. Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 18 Desember 2023 sampai 7 Januari 2024.

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan link melalui google form.

### 3. Tahap Pengolahan Data

Tahap pengolahan data hasil skor sekala, setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya memberikan skor pada hasil pengisian skala untuk keperluan analisis data. Setelah diperoleh hasil skor skala kontrol diri selanjutnya peneliti melakukan pengolahan data menggunakan *SPSS for windows versi 22.0*.

## 6.7 Instrumen Alat Ukur

Skala kontrol diri yang diadopsi peneliti dari Hermanda (2018) berdasarkan tiga dimensi menurut Averill (1973) meliputi tiga aspek yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan.

**Tabel 3.2.***Blue Print Skala Kontrol Diri*

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1	Mengontrol Perilaku	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengatur pelaksanaan (regulated administration)</li> <li>• Memodifikasi stimulus (stimulus modifiability)</li> </ul>	3,9, 2,12,4	13,16,10	8
2	Mengontrol Kognitif	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memperoleh informasi (information gain)</li> <li>• Melakukan penilaian (apparsial)</li> </ul>	1,8,5	15,11	5
3	Mengontrol keputusan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengantisipasi peristiwa</li> <li>• Menafsirkan peristiwa</li> </ul>	7,6	14	3
<b>Total</b>					<b>41</b>

**6.8 Validitas dan Reliabilitas****6.8.1 Validitas**

Validitas adalah kemampuan suatu instrumen dapat mengukur hal yang ingin diukur (Sugiyono, 2019). Alat ukur dikatakan valid jika memiliki nilai daya diskriminasi  $>0.3$  (Priyatno, 2011). Berdasarkan uji validitas dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *corrected item-*

*total correlation* berada pada rentang 0,30 sampai 0,813 Hermanda (2018).

### **6.8.2 Reliabilitas**

Menurut Sugiyono (2019) menyatakan bahwa uji reliabilitas merupakan uji yang dilakukan untuk melihat sejauh mana hasil pengukuran dalam penelitian menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Reliabilitas dalam penelitian ini memiliki koefisien ( $r_{xx^1}$ ) pada rentang 0 sampai 1,00 (Azwar, 2012). Uji reliabilitas dipakai guna seberapa besar konsistensi alat ukur yang dibuat, pengujian dilakukan dengan metode *cronbach's alpha* (Priyatno, 2011).

Hasil uji reliabilitas dengan menggunakan *Cronbach Alpha* pada skala kontrol diri sebesar 0,742 Hermanda (2018). Sebagaimana angka tersebut mendekati angka 1 atau lebih besar dari 0,6 yang berarti reliabilitas pada skala kontrol diri adalah baik.

### **6.9 Analisis Data**

Analisis data merupakan proses mengorganisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema serta dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang didasarkan oleh data (Afifuddin & Saebani, 2009). Menurut Sugiyono (2015) kegiatan dalam melakukan analisis data yaitu mengelompokkan data berdasarkan variabel dan melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah. Analisis data dalam

penelitian ini adalah analisis univariat. Analisis univariat adalah teknik analisis data terhadap satu variabel secara mandiri, tiap variabel dianalisis tanpa dikaitkan dengan variabel lainnya, kemudian hasilnya akan disajikan dalam bentuk tabel untuk mendeskripsikan gambaran (Priyono, 2008). Dalam penelitian ini, analisis data menggunakan SPSS *for windows* 22.0.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1.Orientasi Kancan Penelitian**

##### **4.1.1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Universitas Malikussaleh Aceh Utara. Universitas Malikussaleh merupakan Universitas Negeri yang terletak di Aceh Utara. Kampus Universitas Malikussaleh terbagi dalam beberapa lokasi yaitu Reuleut dan Bukit Indah. Nama Universitas Malikussaleh sendiri nama besar Raja Kerajaan Samudera Pasai pertama, yang dilandasi pada semangat estafet kepemimpinan dan pembangunan yang telah diletakkannya melalui sifat kepeloporan, kedinamisan, serta patriotismenya Sultan Malikussaleh. Universitas Malikussaleh memiliki berbagai fakultas diantaranya Fakultas Teknik, Fakultas Ekonomi, Fakultas Pertanian, Fakultas ilmu sosial dan politik, Fakultas Hukum, Fakultas Kedokteran dan Fakultas Pendidikan dengan mahasiswa berjumlah sebanyak 17.937 mahasiswa (Universitas Malikussaleh, 2023).

##### **4.1.2. Deskripsi Subjek Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Universitas Malikussaleh Aceh Utara yang berjumlah 276 responden dengan 172 perempuan dan 104 responden laki laki. Penelitian ini dilakukan selama 20 hari dimulai pada tanggal 18 Desember 2023 sampai 7 Januari 2024 melalui *Google Form*. Berikut adalah gambaran subjek berdasarkan jenis kelamin dan usia.

**Tabel 4.1.***Gambaran Subjek Berdasarkan jenis kelamin*

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Laki-Laki	104	37,5%
Perempuan	172	62,5%
<b>Total</b>	<b>276</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 104 subjek dengan persentase 37,5% dan responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 172 subjek dengan persentase 62,5%. Berdasarkan hasil tabel menunjukkan bahwa responden perempuan lebih banyak dari laki laki.

**Tabel 4.2.***Gambaran Subjek Berdasarkan fakultas*

<b>Fakultas</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
Teknik	74	26,8%
Kedokteran	60	21,7%
Fisip	72	26%
Hukum	15	5,4%
FKIP	12	4,4%
Ekonomi	37	13,4%
Pertanian	6	2,2%
<b>Total</b>	<b>276</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dilihat bahwa responden dari Fakultas Teknik berjumlah 74 responden dengan Presentase 26,8%, responden dari Fakultas Kedokteran berjumlah 60 responden dengan persentase 21,7%, respoenden dari Fakultas Isip berjumlah 72 responden dengan persentase 26%, respoenden dari Fakultas Hukum berjumlah 15 responden dengan persentase 5,4%, responden dari



Fakultas KIP berjumlah 12 dengan persentase 4,4%, responden dari Fakultas Ekonomi berjumlah 37 dengan persentase 13,4% dan responden dari Fakultas Pertanian berjumlah 6 dengan persentase 2,2%.

Hasil tabel menunjukkan bahwa subjek pada Fakultas Teknik paling banyak dan Fakultas Pertanian paling sedikit.

**Tabel 4.3.**

*Gambaran Subjek Berdasarkan usia*

<b>Usia</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase</b>
18 Tahun	39	14,1%
19 Tahun	33	11,9%
20 Tahun	38	13,7%
21 Tahun	82	29,7%
22 Tahun	59	21,3%
23 Tahun	25	9,3%
<b>Total</b>	<b>276</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel di atas dilihat bahwa responden yang berusia 18 tahun berjumlah 39 responden dengan Presentase 14,1% responden yang berusia 19 tahun berjumlah 33 responden dengan presentase 11,9%, respoenden umur 20 tahun berjumlah 38 responden dengan presentase 13,7%, respoenden umur 21 tahun berjumlah 82 responden dengan presentase 29,7%.persentase, responden umur 22 tahun berjumlah 59 dengan persentase 21,3% dan pada umur 23 tahun responden berjumlah 25 dengan persentase 9,3% dan semua berjumlah 100% berdasarkan jumlah keseluruhan responden.

Berdasarkan hasil tabel menunjukkan bahwa responden paling banyak berada pada usia 22 tahun dan paling sedikit pada usia 23 tahun.

## 4.2. Hasil Penelitian

### 4.2.1. Deskripsi Hasil Penelitian

Hasil analisa data pada penelitian ini dilakukan secara deskriptif dengan tujuan memberikan gambaran mengenai subjek penelitian berdasarkan data dari variabel kontrol diri. Analisa dilakukan dengan bantuan *software SPSS Version 22 for Windows*. Deskripsi data penelitian dilampirkan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan. Adapun prosesnya adalah melakukan perbandingan *mean empirik* dan *mean hipotetik* penelitian sehingga distribusi skor diperoleh berdasarkan kategori tertentu.

*Mean empirik* diperoleh dari jawaban responden sedangkan *mean hipotetik* diperoleh dari rata rata kemungkinan yang diperoleh responden atas jawaban skala yang diberikan Azwar (2012). berikut yang merupakan hasil penyajian analisa deksriptif pada penelitian ini.

**Tabel 4.4.**

*Deskripsi Mean Empirik dan Mean Hipotetik Skala kontrol diri*

Variabel	Hasil Uji Hipotetik				Hasil Uji Empirik			
	<b>Xmin</b>	<b>Xmax</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b>Xmin</b>	<b>Xmax</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
Kontrol diri	16	64	40	8	26	64	50	6,3

Xmin adalah hasil skor minimal daruperjumlahan baik itu hasil uji hipotetik ataupun empirik. Sedangkan xmax adalah jumlah skor maksimal dari perjumlah baik berdasarkan uji hipotetik maupun empirik.

Keterangan rumus skor hipotetik yaitu:

- a. Skor minimal ( $X_{min}$ ) yaitu hasil perkalian jumlah item skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
- b. Skor maksimal ( $X_{max}$ ) yaitu hasil perkalian jumlah item skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.
- c. Mean hipotetik ( $\mu$ ) =  $\frac{\text{skor max} + \text{skor min}}{2}$
- d. Standar deviasi ( $\sigma$ ) hipotetik adalah =  $\frac{\text{skor max} - \text{skor min}}{6}$

Berdasarkan hasil statistik pada data penelitian, analisis data deskriptif secara hipotetik pada skala kontrol diri menunjukkan pernyataan dengan jawaban alternatif ( $X_{min}$ ) 16, jawaban maksimal subjek ( $X_{max}$ ) 64, nilai rata-rata subjek (Mean) 40 dan sumber deviasi subjek (SD) ialah 8

Berdasarkan dengan hasil yang didapatkan di lapangan atau deskriptif secara empirik skala kontrol diri. Pernyataan dengan jawaban alternatif ( $X_{min}$ ) 26 jawaban maksimal subjek ( $X_{max}$ ) 64, nilai rata-rata subjek (Mean) 50 serta sumber deviasi subjek (SD) ialah 6,3. Nilai rata-rata yang diperoleh dari hasil secara empirik akan digunakan untuk mengetahui kecenderungan pada respon subjek penelitian terhadap variabel penelitian, sehingga dapat menjadi batasan pengkategorian subjek.

Deskripsi data penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam mengkategorisasikan sampel penelitian yang terdiri dari dua kategori, yaitu tinggi dan rendah. Penempatan kriteria kategorisasi sampel didasari oleh suatu asumsi bahwa skor populasi subjek didistribusikan secara normal (Azwar, 2012).

Adapun rumus yang digunakan yaitu:

**Tabel 4.5.**

*Rumus Kategorisasi*

Rumus Kategorisasi	Kategori
$X > M + \text{Fluktuasi Skor Mean}$	Tinggi
$X < M - \text{Fluktuasi Skor Mean}$	Rendah

*Sumber: Azwar (2012)*

Keterangan:

X = Skor yang diperoleh subyek pada skala

M = Mean Empirik

$Z_{\alpha/2}$  =  $Z$  taraf signifikansi

$$= Z_{0,05/2} = Z_{0,025} \text{ lihat dari tabel deviasi normal } 0,025 = 1,960$$

$$\text{Standar Error} = \frac{\text{Standar deviasi}}{\sqrt{n}}$$

$$= \frac{6,3}{\sqrt{276}} = \frac{6,3}{16,6} = 0,379$$

$$\text{Fluktuasi skor mean} = (Z_{\alpha/2}) (\text{Standar error})$$

$$= (1,960) (0,379) = 0,74 = 1$$

$$\text{Nilai tinggi} = 50 + 1 = 51$$

$$\text{Nilai rendah} = 50 - 1 = 49$$

Berdasarkan hasil fluktuasi mean di atas, maka dapat ditentukan kategori rendah dan tinggi kontrol diri, dengan mengurangi nilai mean data empirik dengan fluktuasi skor mean yaitu  $50 - 1 = 49$  untuk batasan skor kategori rendah, sedangkan dengan menjumlah nilai mean data empirik dengan fluktuasi skor mean yaitu  $50 + 1 = 51$  untuk batasan skor kategori tinggi.

**Tabel 4.6.***Hasil Kategorisasi*

	<b>Kategorisasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Kontrol Diri	Tinggi	144	52,2%
	Rendah	121	43,8%
	Tidak berkategori	11	4 %

*Sumber: SPSS 22.0 for windows*

Hasil kategorisasi pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang memiliki kontrol diri tinggi sebanyak 144 responden persentase 52,2% sedangkan responden yang memiliki kontrol diri rendah sebanyak 121 responden dengan persentase 43,8%. ada 15 responden dengan persentase 4% yang tidak masuk dalam kategorisasi. Berdasarkan hasil tabel dapat disimpulkan bahwa kontrol diri mahasiswa Universitas Malikussaleh yang berpacaran berada pada kategorisasi tinggi. Artinya bahwa individu mampu mengontrol dan memodifikasi perilaku serta mampu mengolah informasi yang diterima sehingga dapat mengontrol segala bentuk perilaku yang ditampilkan.

Berikut pengkategorian subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin, umur dan aspek.

**Tabel 4.7.***Deskripsi data Xmin, Xmax, Mean dan SD Berdasarkan Jenis Kelamin*

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Xmin</b>	<b>Xmax</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
Laki-laki	26	62	47,45	6,76
Perempuan	36	64	52,68	5,12

*Sumber: SPSS 22.0 for windows*

Berdasarkan deskripsi data di atas, dilakukan pengkategorian berdasarkan tinggi, dan rendah seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 4.8.***Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin*

<b>Jenis kelamin</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Laki-laki	Tinggi	47	45,6%
	Rendah	45	43,7%
	Tidak terkategori	12	10,7%
Perempuan	Tinggi	85	48,8%
	Rendah	78	45,3%
	Tidak terkategori	10	5,8%

*Sumber: SPSS 22.0 for windows*

Berdasarkan keterangan tabel 4.6, terlihat hasil kategorisasi antara subjek perempuan dan subjek laki-laki. Hasil tabel kategorisasi pada mahasiswa Universitas Malikussaleh yang berpacaran berdasarkan jenis kelamin laki laki berada pada kategorisasi tinggi sebanyak 47 presentase 45,6%. Sedangkan hasil tabel kategorisasi pada jenis kelamin perempuan berada pada kategorisasi tinggi sebanyak 85 responden dengan presentase 48,8%

Berdasarkan hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa baik responden jenis kelamin laki-laki maupun perempuan hampir seimbang antara kategorisasi tinggi dan rendah. Namun, kategorisasi tinggi sedikit lebih mendominasi yang artinya bahwa baik pada responden laki laki maupun perempuan sama - sama memiliki kontrol diri tinggi dalam berpacaran, mengontrol perilaku dan pikiran sehingga memikirkan untuk melakukan perilaku yang merugikan dalam berpacaran.

**Tabel 4.9.***Deskripsi data Xmin, Xmax, Mean dan SD Berdasarkan usia*

Umur	Xmin	Xmax	Mean	SD
18 tahun	37	62	52,44	6,40
19 tahun	26	58	48,55	8,92
20 tahun	37	62	49,76	6,09
21 tahun	42	64	52,68	5,07
22 tahun	39	60	48,59	5,68
23 tahun	36	57	50,12	5,30

*Sumber: SPSS 22.0 for windows*

Berdasarkan deskripsi data di atas, dilakukan pengkategorian berdasarkan tinggi, sedang dan rendah seperti tabel di bawah ini:

**Tabel 4.10.***Kategorisasi Berdasarkan usia*

Umur	Kategorisasi	frekuensi	Persentase
18 tahun	Tinggi	19	48,7%
	Rendah	18	46,2%
	Tidak terkategori	2	5,1%
19 tahun	Tinggi	17	51,5%
	Rendah	14	42,4%
	Tidak terkategori	2	6,1%
20 tahun	Tinggi	18	47,4%
	Rendah	16	42,1%
	Tidak terkategori	4	10,5%
21 tahun	Tinggi	42	51,2%
	Rendah	34	41,5%
	Tidak terkategori	6	7,3%
22 tahun	Tinggi	28	47,5%
	Rendah	25	42,4%
	Tidak terkategori	6	10,2%
23 tahun	Tinggi	12	48%
	Rendah	11	44%
	Tidak terkategori	2	8%

*Sumber: SPSS 22.0 for windows*

Hasil tabel kategori berdasarkan umur terlihat bahwa kontrol diri berumur 18 tahun didominasi kategorisasi tinggi berjumlah 19 responden dengan persentase 48,7%. Selanjutnya, responden berumur 19 tahun berjumlah 17

responden dengan persentase 51,5% didominasi berkategori tinggi. Hasil selanjutnya adalah pada responden yang umur 20 tahun juga didominasi kategori tinggi berjumlah 18 dengan persentase 47,4%

Responden selanjutnya umur 21 tahun juga didominasi oleh kategori tinggi berjumlah 42 dengan persentase 51,2% Kemudian, kontrol diri pada umur 22 tahun juga didominasi kategori tinggi berjumlah 28 dengan persentase 47,5% Terakhir pada umur 23 tahun juga didominasi kategori tinggi berjumlah 11 responden dengan persentase 48%.

Berdasarkan hasil tabel dapat diketahui bahwa kategori berdasarkan usia semua berada pada kategori tinggi dimulai dari usia 18 sampai 23 tahun, hal ini menunjukkan bahwa responden dapat mengontrol diri dan perilaku dengan baik, di tahap umur ini responden mampu menahan diri untuk tidak melakukan perilaku pacaran secara berlebihan dan mengarah pada perilaku negatif.

**Tabel 4.11.**

*Deskripsi data Xmin, Xmax, Mean dan SD Berdasarkan aspek*

<b>Aspek</b>	<b>Xmin</b>	<b>Xmax</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>
Kontrol Perilaku	10	31	25,77	3,92
Kontrol kognitif	8	20	15.09	1.83
Kontrol Keputusan	4	12	9,87	1.59

Berdasarkan deskripsi data di atas, dilakukan pengkategorian berdasarkan tinggi, sedang dan rendah seperti tabel di bawah ini:



**Tabel 4.12.***Kategorisasi Berdasarkan aspek*

<b>Aspek</b>	<b>Kategorisasi</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Kontrol Perilaku	Tinggi	143	51,8%
	Rendah	110	39,9%
	Tidak Berkategorisasi	23	8,3%
Kontrol Kognitif	Tinggi	109	39,5%
	Rendah	107	38%
	Tidak berkategorisasi	62	22,5%
Kontrol Keputusan	Tinggi	166	60,1%
	Rendah	48	17,4%
	Tidak berkategorisasi	62	22,5%

*Sumber: SPSS 22.0 for windows*

Hasil tabel kategori kontrol diri berdasarkan kategori, aspek pertama yaitu aspek kontrol perilaku didominasi kategorisasi tinggi sebanyak 143 dengan persentase 51,8%. Artinya individu mampu mengontrol segala perilaku, beradaptasi dan menempatkan diri dengan baik di berbagai lingkungan, serta mampu mengontrol diri untuk tidak melakukan suatu hal yang negatif.

Selanjutnya pada aspek kedua yaitu aspek kontrol kognitif pada aspek ini juga didominasi kategorisasi tinggi sebanyak 109 responden dengan persentase 39,5%. Artinya responden mampu mengontrol dan berpikir terlebih dahulu dengan cermat sebelum melakukan sesuatu, mencari informasi yang positif, memilih informasi yang diperoleh serta memikirkan dengan baik sebab akibat dari perilaku yang dilakukan.

Aspek selanjutnya adalah aspek ketiga yaitu aspek kontrol keputusan hasil penelitian pada aspek ini menunjukkan pada kategorisasi tinggi sebanyak 166 responden dengan persentase 60,1%. Artinya responden dapat mengontrol diri

mengenai keputusan yang diambil, pada aspek ini responden mampu mengontrol dirinya untuk mengambil berbagai keputusan serta tidak pernah mencoba hal yang tidak di luar kontrol.

Dapat disimpulkan bahwa pada ketiga aspek memiliki kontrol diri tinggi yang artinya bahwa responden mampu mengontrol perilaku, kognitif dan keputusan yang diambil saat berpacaran dan menghindari perilaku dan tindakan negatif.

#### **4.2.Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kontrol diri pada mahasiswa berasal dari Universitas Malikussaleh. Berdasarkan hasil penelitian terdapat bahwa sebagian besar kontrol diri pada mahasiswa berpacaran di Universitas Malikussaleh berjumlah 144 orang (52,2%) berada dalam kategori tinggi. Artinya bahwa responden memiliki keterampilan untuk mengendalikan diri dan tingkah lakunya, mengontrol tindakan dalam mengambil keputusan agar sesuai dengan yang diinginkan sehingga terhindar dari terjadinya hal negatif. Pada kasus ini, responden mahasiswa Universitas Malikussaleh memiliki kontrol diri yang tinggi dalam berpacaran sehingga menghindari responden untuk melakukan hal hal yang terlarang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Averill (1973) mengemukakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam memodifikasi perilaku, mengelola informasi dengan cara menginterpretasikan kemampuan tersebut sehingga individu mampu bertindak lebih baik. Selanjutnya,

Baumeister (2007) mengatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk bertindak atau merespon sebagai alternatif pencegahan mengurangi stimulus/peristiwa yang tidak diinginkan. Serta cara menentukan kemampuan dalam upaya membentuk perilaku yang bernilai moral dan mengarah pada perilaku positif di tengah masyarakat. Santrock (2011) juga mengatakan bahwa individu yang dapat mengontrol diri dapat mengendalikan dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sosial. Hal ini juga dikuatkan oleh pernyataan Nur (2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku seksual pra nikah tinggi berdasarkan perilaku ciuman, bersentuhan, bercumbu dan perpegangan tangan.

Hasil penelitian selanjutnya adalah Putri & Ariana (2021) yang meneliti tentang keterkaitan antara kontrol diri dengan perilaku remaja yang berpacaran menunjukkan bahwa pengendalian diri remaja memegang peranan penting dalam mencegah perilaku seksual. Adanya pengendalian diri membuat seseorang dapat menekan rangsangan negatif seperti perilaku seksual baik secara internal maupun eksternal. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ghuffron & Risnawati (2014) mengatakan bahwa kurangnya penendalian diri dan disiplin terhadap diri sendiri cenderung lebih menghindari perilaku seksual pra nikah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang diteliti oleh peneliti mengenai kontrol diri.

Hasil selanjutnya adalah analisis kategorisasi berdasarkan aspek, hasil penelitian menunjukkan bahwa pada aspek pertama yaitu aspek kontrol perilaku sebagian besar berada pada kategorisasi tinggi yang artinya bahwa mahasiswa mampu mengontrol dirinya dengan perilaku yang baik, menjaga segala perilaku

yang ditunjukkan dan selalu berpikir secara kritis tentang perilaku yang ditampilkan. Hal ini dikuatkan oleh pernyataan Averill (1973) bahwa, kontrol perilaku tinggi merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Selanjutnya, Rahmawati (2016) juga mengatakan bahwa kontrol perilaku yang rendah mahasiswa tidak memiliki kemampuan untuk menentukan siapa yang menjadi pengendali situasi dan tidak mengerti kapan sebuah stimulus yang tidak dikehendaki keluar dari dirinya yang perlu dihadapi dan dikontrol. Penguatan juga dikuatkan oleh pernyataan Averill (1973) yang mengatakan bahwa kontrol perilaku yang rendah menandakan bahwa individu tidak mempunyai kemampuan untuk melakukan dan mengendalikan situasi yang berasal dari luar dirinya maupun situasi yang dibentuk dalam dirinya.

Aspek kedua adalah aspek kontrol perilaku, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kategorisasi tinggi yang artinya bahwa responden mampu mengendalikan pikiran dan informasi yang didapat, selalu memilah informasi yang diperoleh dan selalu kritis terhadap apa yang dipikir. Responden juga selalu memikirkan dengan matang sebelum melakukan sesuatu dan menghindari pemikiran dan perilaku yang menjurus ke negatif, hal yang sama terjadi dalam pacaran. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Averill (1973) kontrol kognitif tinggi kemampuan dalam pengolahan informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu peristiwa dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Selanjutnya, pernyataan Rahmawati (2016) juga mengatakan

bahwa individu yang memiliki kontrol kognitif yang rendah tidak memiliki kemampuan untuk mengolah dan menerima informasi mengenai keadaan yang tidak menyenangkan dengan berbagai pertimbangan serta individu tidak mampu menilai suatu keadaan serta peristiwa dari segi positif dan objektif.

Aspek selanjutnya adalah aspek kontrol keputusan, hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki kategorisasi tinggi yang artinya bahwa responden sanggup mengontrol dirinya dalam mengambil keputusan sehingga keputusan yang diambil secara hati - hati untuk menghindari mengambil keputusan di luar kendali individu itu sendiri. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan Averill (1973) kontrol keputusan tinggi merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kemampuan dalam aspek kontrol keputusan ini diperuntukan sebagai kemampuan dalam pengendalian diri berdasarkan situasi yang dihadapi dan dapat mempertimbangkan hasilnya. Seperti menentukan pilihan berdasarkan suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Sedangkan kontrol keputusan rendah menurut Rahmawati (2016) adalah rendahnya kontrol keputusan karena individu tidak mampu dalam melihat sebuah peristiwa serta berhati hati dalam menentukan tindakan apa yang sesuai dan juga individu tidak mampu menilai suatu peristiwa berdasarkan pengalaman sehingga tidak mampu memutuskan tindakan yang sesuai dengan situasi.

Penelitian selanjutnya kategorisasi berdasarkan jenis kelamin Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara kategorisasi

perempuan maupun laki-laki, yaitu baik perempuan ataupun laki laki memiliki kategorisasi kategorisasi hampir seimbang antara tinggi dan rendah, namun kategorisasi tinggi lebih sedikit dominan, artinya bahwa baik lak- laki maupun perempuan memiliki kontrol diri yang tinggi sehingga responden bisa mengontrol diri ketika melakukan dan berperilaku dalam hubungan dan sosial, berpikir secara kritis dan mencoba mengambil keputusan terbaik dan menghindari perilaku perilaku negatif dalam berpacaran. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andaryani (2023) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kontrol diri antara laki-laki dan perempuan yang menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan memiliki kontrol diri yang tinggi. Namun, hal ini berbeda dengan pendapat Gottfredson & Hirchi (1990) yang mengatakan bahwa perempuan memiliki kontrol diri lebih rendah dari pada laki-laki. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Hani dkk (2020) yang menyatakan bahwa perempuan memiliki kontrol diri yang lebih tinggi laki-laki dalam mengakses *cybersex*.

Penelitian selanjutnya adalah kategori kontrol diri berdasarkan usia 18 tahun sampai 23 tahun, hasil penelitian menunjukkan bahwa pada tingkatan usia responden memiliki kategorisasi tinggi. Artinya bahwa pada usia ini responden mampu mengontrol dirinya dengan baik untuk tidak melakukan hal-hal diluar batas perilaku mahasiswa yang merugikan dirinya sendiri, mampu mengolah informasi yang diperoleh serta dapat mengambil keputusan dengan baik tanpa impulsif. Penelitian ini sejalan dengan pernyataan yang dilakatakan oleh Praptiani & Santi (2012) mengatakan bahwa usia 15-19 tahun memiliki kontrol diri tinggi. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh Fatimah dkk (2020) mengatakan

bahwa kontrol diri tinggi pada usia 19 tahun dapat memberikan manfaat positif bagi aspek kehidupan, termasuk bersosial media.

Marianty (2014) juga menyampaikan hal yang sama bahwa responden yang berusia 20 tahun memiliki kontrol diri rendah dimana responden tidak mampu mengendalikan diri untuk berbelanja yang tidak perlu, sedangkan responden usia 21 tahun lebih bisa mengontrol diri dimana responden hanya membeli barang yang dibutuhkan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak terlepas dari ketidaksempurnaan sebagai manusia dengan segala keterbatasan. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah peneliti mengumpulkan data dengan cara *online* melalui *Google Form* sehingga peneliti tidak dapat menyaksikan, mengawasi dan memberi instruksi secara langsung tentang tata cara penelitian dan tidak ada pengawasan dalam penelitian.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri pada mahasiswa berpacaran berada dalam kategori tinggi. Artinya bahwa responden mampu mengendalikan dirinya dengan baik dan berusaha untuk menahan diri untuk tidak melakukan hal hal yang negatif, responden juga mampu menyeleksi informasi positif dan negatif serta mampu mengontrol diri dalam mengambil keputusan sehingga dapat menghindari hal hal yang tidak baik.

Kontrol diri berdasarkan usia, usia 19 tahun memiliki kategorisasi paling tinggi dinatara yang lain. Selanjutnya, kontrol diri berdasarkan jenis kelamin hampir seimbang antara tinggi dan rendah dengan lebih didominasi tinggi. Terakhir kontrol diri berdasarkan aspek menunjukkan semua berada pada kontrol diri tinggi, dengan aspek mengambil keputusan paling tinggi.

#### **5.2. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran untuk berbagai pihak, sebagai berikut:

##### **1. Bagi Subjek Penelitian**

Bagi mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi disarankan agar tetap mempertahankan kontrol dirinya dalam perilaku seksual pranikah, dan untuk mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang rendah disarankan untuk meningkatkan kontrol diri, salah satu caranya dengan berteman dengan orang yang memiliki kontrol diri tinggi.



## 2. Bagi Universitas Malikussaleh

Bagi Universitas Malikussaleh diharapkan dapat melakukan sosialisasi atau mengadakan seminar mengenai cara meningkatkan kontrol diri pada mahasiswa terutama mengenai perilaku berpacaran agar dapat mencegah mahasiswa untuk melakukan perilaku seksual pranikah.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan metode kualitatif agar lebih mendalam. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan teori lain yang lebih merinci sesuai dengan aspek-aspek kontrol diri sehingga mendapatkan hasil yang lebih spesifik. Kemudian, peneliti juga diharapkan dapat melihat hubungan kontrol diri dengan perilaku berpacaran ditinjau dari latar belakang keluarga, peneliti selanjutnya juga diharapkan lebih kaya akan referensi yang bisa digunakan untuk membantu penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfiani, D.A. (2014). *Perilaku Seksual Remaja dan Faktor Determinannya di SMA Se-Kota Semarang*. (Skripsi Universitas Negeri Semarang). <http://www.ejournal.stkipsiliwangi.ac.id/index.php/quanta/article/view/1981>
- 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.
- Andaryani, D. (2023) Perbedaan Tingkat Self Control Laki Laki dan Perempuan yang kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi*. 12 (2)
- Anggraini R., & Maryanti S (2014) Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Esa Unggul. 12(1).
- Averill, J.F.(1973). Personal Control Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, No. 80. P. 286-303.
- Azmi, N. (2015). Potensi Emosi Remaja Dan Pengembangannya. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), pp. 36–46.
- Azwar, S. (2012). *Reabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Tice, D. M. (2007). The strength model of selfcontrol. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 351-355.
- Blyth, R., Creedy, D. K., Dennis, C. L., Moyle, W., Pratt, J., & De Vries, S. M. (2003). Effect of maternal confidence on breastfeeding duration: An application of breastfeeding self-efficacy theory. *Birth*, 29(4), 278-284.
- Chaplin, J. P. (2001). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Daud, M. (2016). Perilaku Pacaran Di kalangan Pelajar SMP Negeri 1 Belat Di Desa Penarah Kecamatan Belat Kabupaten Karimun. *Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik*, 6, 1-30.
- DeGenova, M. & Rice, F. (2005). *Intimate Relationship, Marriages, and Families*.

McGraw-Hill.

Ennysah.(2021). *Tingkat Kontrol Diri Siswa di SMPN 4 Kota Jambi*. (Skripsi Universitas Jambi). <https://repository.unja.ac.id/16565>

Fatimah S., (2018) Hubungan Antara Kontrol diri dengan Kecendrungan Gaya Hidup Hedonist pada Mahasiswa di Surakarta. *Naskah Publikasi*.

Fatimah A.,N, Aswar &Tajuddin (2020) Efek Kemampuan Kontrol diri dalam Menekan Perilaku Agtesi. 2(30).

Gufron, M.N., & Risnawati, R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.

Gottfredson M.R. & Hirschi, T. (1990). A general theory of crime. Standard.

Hutagalung, I. (2008). *Pengembangan Kepribadian (Tinjauan Praktis Menuju Pribadi Positif)*. Indeks.

Hikmah, S. A., & Ihsan, M. (2023). Prilaku Pacaran Remaja Yang Berorientasi Seksual Dengan Latar Belakang Budaya Siri . *Jurnal Fikroh*, 7(1), 80-98.

Hutagalung, I. (2008). *Pengembangan Kepribadian (Tinjauan Praktis Menuju Pribadi Positif)*. Indeks.

Hurlock, E. B. (2003). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.

Hani U., Hartati R., & Aiyuda N (2020) Kontrol Diri Terhadap Perilaku Cybersex pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. 3(2).

Iwan. (2010). *Boleh Nggak Sih Masturbasi? Dan 101 Pertanyaan tentan Seks untuk Remaja*. C.V Andi Offset

Mahfiana. (2009). *Remaja & Kesehatan Reproduksi*. STAIN Ponorogo Press.

Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Konsep diri: Definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 65-69.

Mudjijanti, F. 2010. Masa Pacaran Dini (Early Dating) Dan Dampaknya. *Widya Warta*, (Online).<https://26269-Article%20Text-30658-1-10-20181213.pdf6>

- Muslimah, S. (2013). Hubungan antara Persepsi Cinta dengan Perilaku Pacaran Remaja Madrasah Tsanawiyah. *Jurnal Psikologi*, 5(3): 60-73.
- Nirwani Jumala. (2019). Moderasi Berpikir Untuk Menempati Tingkatan Spiritual Tertinggi Dalam Beragama. *Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin*, 21 (2):99.
- Nur A (2021) Hubungan Kontrol Diri dengan Adiksi Game Online. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 18(1).
- Ohee, C., & Purnomo, W. (2018). Pengaruh status hubungan berpacaran terhadap perilaku pacaran berisiko pada mahasiswa perantau asal Papua di Kota Surabaya. *The Indonesian Journal of Public Health*, 13(2), 268-280.
- Pakpahan, T. (2014). Perbedaan Kontrol Diri dalam Berpacaran pada Mahasiswa-Mahasiswi Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara dan Universitas Sumatera Utara di Medan.
- Pasaribu. (2014). Kontrol Diri Terhadap Munculnya Perilaku Seksual Pada Pria Dewasa Awal Lajang. (Skripsi Universitas Kristen Satya Wacana).
- Priyatno, D., 2011. *Buku Saku Analisis Statistik Data SPSS*. MediaKom.
- Putri, S.P., & Atika, A. (2021). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Seksual pada Remaja Berpacaran. [Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental \(BRPKM\) \(unair.ac.id\)](https://doi.org/10.24127/BRPKM.v1i1.12345).
- Praptiani, Santi (2012) Pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas remaja dalam menghadapi konflik sebaya dan pemaknaan gender. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi*. 1(1)
- Putri S.,P,R & Ariana A,D (2021) Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual pada Remaja Berpacaran. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*. 1(2).
- Rahmawati I.,E (2016) Gambaran Kontrol Diri pada Mahasiswa Pejudi di Kota Jember. *Jurnal psikologi*. 12(2).
- Santrock. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa-Hidup*. Edisi 13 Jilid I. Alih Bahasa: Benedictine, W. Jakarta: Erlangga.
- Sugiyono.(2019). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif,*

*dan R&D. Alfabeta.*

Universitas Malikussaleh (2023) <https://data.unimal.ac.id/mahasiswa>).

Wahyuni, D. S., & Sartika, R. (2020). Analisis faktor penyebab kekerasan dalam hubungan pacaran pada mahasiswa universitas pendidikan Indonesia. *Sosietas*, 10(2), 923-928.

Yanti M.S. (2019). *Upaya Guru BK Dalam Meningkatkan Self Control Peserta Didik Melalui Layanan Informasi di Kelas VIII SMP N 2 Bukittinggi*. (Skripsi, Sekolah Tinggi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan). Padang.

Yusuf, S. (2003). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT Rosda Karya Remaja

**Lampiran 1 : informend consen**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**  
*(INFORMED CONSENT)*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama (Inisial) :  
Usia :  
Jenis Kelamin :  
Jurusan :  
Fakultas :

Dengan ini saya menyatakan bahwa saya telah memahami maksud dan tujuan penelitian ini. Oleh karena itu saya dengan sukarela dan tanpa paksaan setuju untuk menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Syarif Amin mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dapat dipertimbangkan sepertinya.

Aceh Utara, 2024

( )

## Lampiran 2 : Skala Penelitian

### PETUNJUK PENGISIAN

Pada lembar angket ini terdapat sejumlah pernyataan-pernyataan yang harus saudara jawab. Dalam pengisian angket ini tidak ada jawaban yang dianggap salah, karena angket ini bukan suatu bentuk tes kemampuan. Kerahasiaan saudara dalam memberikan jawaban di angket ini terjamin, karena saudara diperbolehkan menggunakan nama samaran. Oleh karena itu diminta untuk mengisi angket ini secara jujur sesuai dengan keadaan saudara yang sebenarnya.

Baca pernyataan secara teliti dan pilihlah salah satu jawaban dari 4 alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan saudara dengan memberikan tanda silang (X) pada alternatif jawaban yang tersedia yaitu :

- SS** : Jika saudara **Sangat Setuju** dengan pernyataan  
**S** : Jika saudara **Setuju** dengan pernyataan  
**TS** : Jika saudara **Tidak Setuju** dengan pernyataan  
**STS** : Jika saudara **Sangat Tidak Setuju** dengan pernyataan

**Berikan tanda silang (X)** pada kolom jawaban yang anda anggap paling sesuai dengan diri anda. Setiap orang mempunyai jawaban yang berbeda dan tidak ada penilaian yang benar dan salah dalam memberi jawaban.

NO	PERNYATAAN	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak segan bertanya pada orangtua mengenai pacaran yang sehat.				
2.	Saya menolak jika pasangan saya berkunjung kerumah disaat tidak ada penghuni lain.				
3.	Saya akan menolak apabila menjalani hubungan dengan pasangan saya melebihi batas wajar norma sosial.				
4.	Saya melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan keinginan pasangan saya untuk berciuman				
5.	Saya menjaga hasrat seksual saya dalam menjalin hubungan dengan pasangan saya				
6.	Lebih baik saya ditinggalkan pasangan saya daripada harus berpacaran ke suatu tempat yang sepi				
7.	Saya memutuskan untuk tidak keluar rumah pada malam hari dengan pasangan saya agar terhindar dari pandangan negatif tetangga				
8.	Saya lebih senang berkumpul dengan teman dari pada berduaan dengan pacar saya				
9.	Saya berkomitmen dengan pasangan saya agar tidak berhungan melebihi batas wajar norma sosial				

10.	Saya meminta pasangan untuk selalu memeluk saya ketika sedang berjalan-jalan				
11.	Menurut saya, kebersamaan dengan pasangan adalah suatu hal yang romantic				
12.	Saya akan marah apabila pasangan saya mengajak berciuman				
13.	Saya dapat dengan mudah menerima ajakan pasangan saya untuk berpelukan				
14.	Menurut saya lebih menyenangkan berpelukan dengan pasangan daripada harus berkumpul dengan keluarga				
15.	Menurut saya lebih menyenangkan menghabiskan waktu dengan pasangan daripada berkumpul dengan keluarga				
16.	Saya merasa nyaman apabila pasangan saya meraba bagian intim anggota tubuh saya				



### Lampiran 3 : Data Penelitian

Nam	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	Jmlal
A	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	58
I	3	3	1	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	55
AP	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	57
A	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	45
SRAS	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	2	3	4	4	4	4	57
G	3	2	4	4	3	2	4	4	3	1	1	2	2	4	3	4	46
May	4	3	4	4	4	4	2	2	4	3	1	3	3	4	4	4	53
Hub	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	57
IM	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
Z	3	2	1	1	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	4	4	47
Hart	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	51
Cinc	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	59
Alvi	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	49
Muf	3	4	2	4	3	3	4	3	3	3	1	3	2	3	3	4	48
C	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	60
Ahm	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	47
Mur	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	61
Nab	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	62
M	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	2	3	3	4	4	4	50
Alya	3	2	4	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	57
DMN	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	49
Zain	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	1	1	1	1	45
Srs	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	54
Hari	3	4	3	4	3	2	2	4	3	3	1	4	3	4	1	2	46
Tiar	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	52
A	2	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	2	4	4	4	4	54
Imm	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	52
s	3	4	4	3	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4	4	4	54
L	2	3	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	3	3	2	4	52
c	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
CR	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	1	56
CR	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	60
YM	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	58
AR	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	2	3	1	4	4	4	53
Ali N	3	1	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	56



Servo	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	49
Fakhr	1	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	54
Atilia	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	60
Mutia	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	51
Y	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	58
Lula M	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	58
Dea E	3	4	4	4	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	4	54
Lanm	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48
T	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	4	3	4	51
TR	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	1	1	1	1	44
Madr	2	4	4	1	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	55
Gilan	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	1	42
Tria	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	43
Iwan	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	42
RM	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	2	2	3	3	4	49
Aulya	2	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	57
Yoga	4	4	4	4	4	4	2	1	4	4	1	4	4	4	4	4	56
ai	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4	4	55
Yeny	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	59
MAHF	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	4	4	4	56
Wine	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	53
Putri	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	58
Rafli	3	4	3	2	2	1	2	4	2	3	4	1	4	4	4	3	46
Maul	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	60
Dina	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	61
Tanty	2	4	4	1	4	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	4	52
M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	47
S	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	49
R	2	1	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	4	4	4	3	44
Nadia	4	4	3	3	2	3	2	3	3	2	1	4	1	3	3	4	45
Rahm	4	3	3	2	3	3	2	4	3	2	1	3	3	4	3	3	46
Yg	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	1	3	4	4	42
Raffi	4	3	4	4	3	4	4	3	4	1	2	3	2	3	3	3	50
H	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	54
Melw	2	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	2	2	3	3	4	39
Putri	4	3	4	3	4	3	3	4	4	2	1	4	3	3	3	3	51
R	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	2	4	4	48
Aditya	4	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	3	51







KM	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	1	1	1	1	45
S	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	54
X	3	4	3	4	3	2	2	4	3	3	1	4	3	4	1	2	46
IM	3	4	4	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	52
CI	2	4	4	3	3	4	4	2	4	3	3	2	4	4	4	4	54
H	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	52
DL	3	4	4	3	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4	4	4	54
AR	2	3	4	4	4	4	4	2	4	3	2	4	3	3	2	4	52
BL	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
ZH	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	3	1	56
C	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	60
GB	1	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	58
WL	2	4	4	4	4	4	2	3	4	4	2	3	1	4	4	4	53
BY	3	1	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	56
KK	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	62
RD	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	1	4	4	4	4	56
PL	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	58
SY	3	4	4	3	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	50
UA	1	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	4	4	2	47
IN	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	62
FR	2	4	4	4	4	4	2	3	4	3	2	4	4	1	2	4	51
J	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	49
SK	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	45
AN	3	3	4	4	4	2	2	2	3	4	1	2	3	4	4	2	47
RO	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	45
AM	3	2	2	2	1	2	2	1	2	4	3	2	1	4	4	2	37
FA	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	53
LM	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	4	2	4	4	4	53
AN	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	1	1	1	1	46
AB	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	1	3	2	3	3	3	50
RDM	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	49
AD	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	3	3	2	37
IF	2	3	3	2	3	2	3	4	3	4	2	2	3	4	4	4	48
ZH	1	3	4	3	2	2	1	4	4	2	3	2	3	1	4	1	40
MUR	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	4	51
W	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	56
FA	3	4	4	4	4	3	2	3	4	1	3	4	4	4	4	4	55
B	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	49
SL	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	46
BUTE	2	1	1	3	3	4	4	4	3	3	2	1	4	4	4	4	47
UL	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	60
Y	2	4	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	52
MD	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1	26
S	4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	46
D	2	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	57
ZI	4	2	4	4	4	4	2	3	4	3	2	3	4	4	4	4	55
A	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	4	51

## Lampiran 4 : Hasil Penelitian

### 1. Hasil kategori kontrol diri

#### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
kontroldiri	276	26	64	50.72	6.305
Valid N (listwise)	276				

#### Statistics

kontrol diri

N	Valid	265
	Missing	11

#### kontrol diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	144	52.2	54.3	54.3
	Rendah	121	43.8	45.7	100.0
	Total	265	96.0	100.0	
Missing	System	11	4.0		
Total		276	100.0		



## 2. Hasil kategori berdasarkan jenis kelamin

Laki-laki

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Laki	104	26	62	47.44	6.736
Valid N (listwise)	104				

### Statistics

Laki-laki

N	Valid	92
	Missing	12

### Laki-laki

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	47	45.2	51.1	51.1
	Rendah	45	43.3	48.9	100.0
	Total	92	88.5	100.0	
Missing	System	12	11.5		
Total		104	100.0		

## Perempuan

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Perempuan	172	36	64	52.68	5.127
Valid N (listwise)	172				

**Statistics**

## Perempuan

N	Valid	162
	Missing	10

**Perempuan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	84	48.8	51.9	51.9
	Rendah	78	45.3	48.1	100.0
	Total	162	94.2	100.0	
Missing	System	10	5.8		
Total		172	100.0		

### 3. Hasil kategori berdasarkan umur

#### Usia 18

##### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
usia18	39	37	62	52.44	6.402
Valid N (listwise)	39				

##### Statistics

usia18

N	Valid	37
	Missing	2

##### usia18

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	19	48.7	51.4	51.4
	Rendah	18	46.2	48.6	100.0
	Total	37	94.9	100.0	
Missing	System	2	5.1		
Total		39	100.0		

#### Usia 19

##### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	33	26	58	48.55	8.927
Valid N (listwise)	33				

##### Statistics

usia19

N	Valid	31
	Missing	2

## usia19

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	17	51.5	54.8	54.8
	Rendah	14	42.4	45.2	100.0
	Total	31	93.9	100.0	
Missing	System	2	6.1		
Total		33	100.0		

## Usia 20

## Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	38	37	62	49.76	6.091
Valid N (listwise)	38				

## Statistics

usia 20

N	Valid	34
	Missing	4

## usia 20

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	18	47.4	52.9	52.9
	Rendah	16	42.1	47.1	100.0
	Total	34	89.5	100.0	
Missing	System	4	10.5		
Total		38	100.0		

**Usia 21****Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Usia 21	82	42	64	52.68	5.079
Valid N (listwise)	82				

**Statistics**

usia 21

N	Valid	76
	Missing	6

**usia 21**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	42	51.2	55.3	55.3
	Rendah	34	41.5	44.7	100.0
	Total	76	92.7	100.0	
Missing	System	6	7.3		
Total		82	100.0		

**Usia 22****Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
usia22	59	39	60	48.95	5.682
Valid N (listwise)	59				

**Statistics**

usia22

N	Valid	53
	Missing	6

## usia22

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	28	47.5	52.8	52.8
	Rendah	25	42.4	47.2	100.0
	Total	53	89.8	100.0	
Missing	System	6	10.2		
Total		59	100.0		

## Usia 23

## Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	25	36	57	50.12	5.302
Valid N (listwise)	25				

## Statistics

usia23

N	Valid	23
	Missing	2

## usia23

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	12	48.0	52.2	52.2
	Rendah	11	44.0	47.8	100.0
	Total	23	92.0	100.0	
Missing	System	2	8.0		
Total		25	100.0		

#### 4. Hasil kategori berdasarkan aspek

##### Aspek 1

###### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	276	10	32	25.77	3.920
Valid N (listwise)	276				

###### Statistics

mengontrolperilaku

N	Valid	253
	Missing	23

###### mengontrolperilaku

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	143	51.8	56.5	56.5
	Rendah	110	39.9	43.5	100.0
	Total	253	91.7	100.0	
Missing	System	23	8.3		
Total		276	100.0		

##### Aspek 2

###### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
aspek2	276	8	20	15.09	1.823
Valid N (listwise)	276				

###### Statistics

mengontrolkognitif

N	Valid	214
	Missing	62

## mengontrolkognitif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	109	39.5	50.9	50.9
	Rendah	105	38.0	49.1	100.0
	Total	214	77.5	100.0	
Missing	System	62	22.5		
Total		276	100.0		

## Aspek 3

## Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	276	4	12	9.87	1.591
Valid N (listwise)	276				

## Statistics

mengontrol keputusan

N	Valid	214
	Missing	62

## mengontrol keputusan

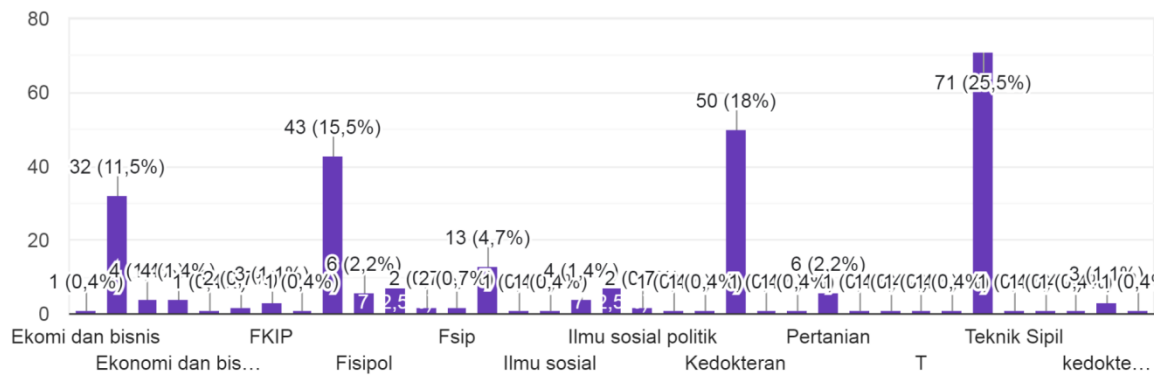
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	166	60.1	77.6	77.6
	Rendah	48	17.4	22.4	100.0
	Total	214	77.5	100.0	
Missing	System	62	22.5		
Total		276	100.0		



### Lampiran 5: hasil penelitian

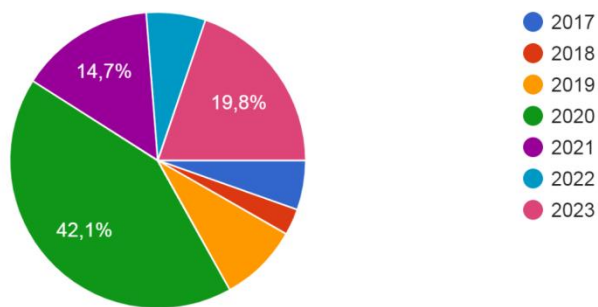
#### Fakultas

278 jawaban



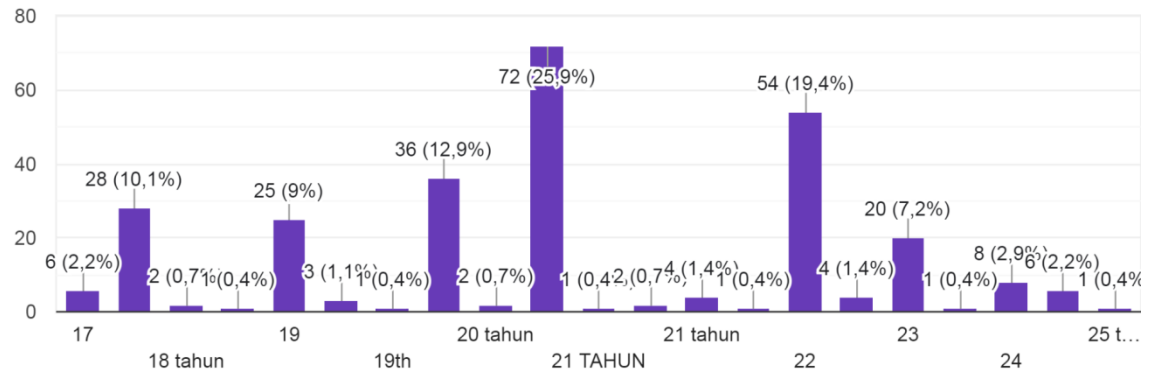
#### Angkatan

278 jawaban



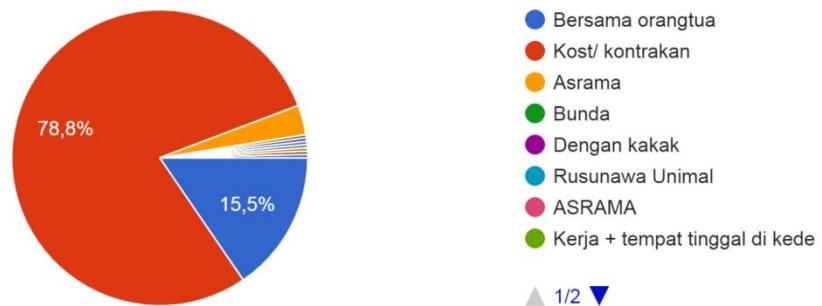
## Usia

278 jawaban



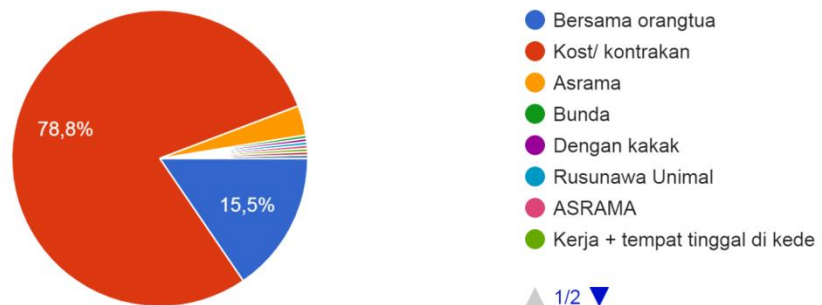
## Tempat tinggal

278 jawaban



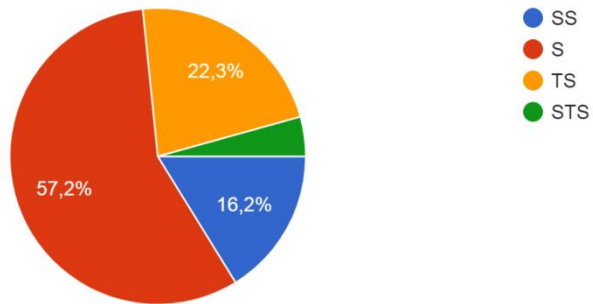
## Tempat tinggal

278 jawaban



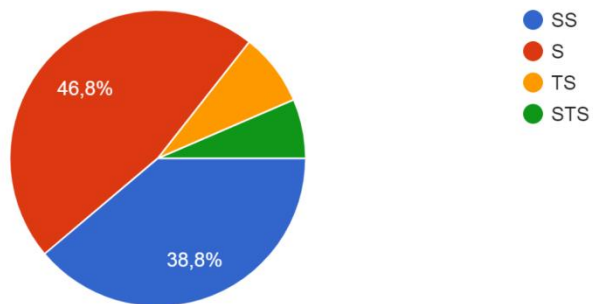
1. Saya tidak segan untuk bertanya kepada orang tua mengenai pacaran yang sehat

278 jawaban



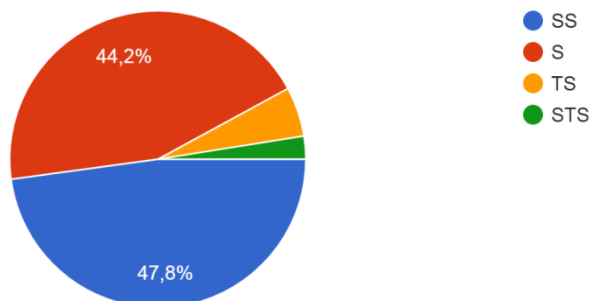
2. Saya menolak jika pasangan saya berkunjung ke rumah jika tidak ada orang lain

278 jawaban

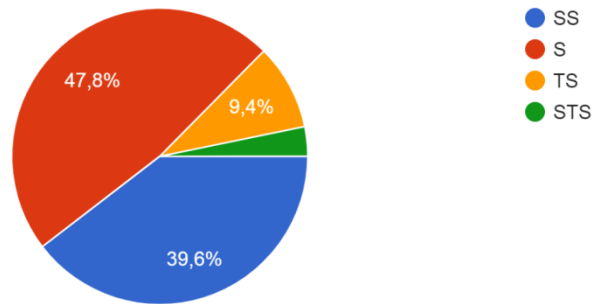


3. Saya akan menolak apabila menjalani hubungan dengan pasangan saya melebihi batas wajar norma sosial

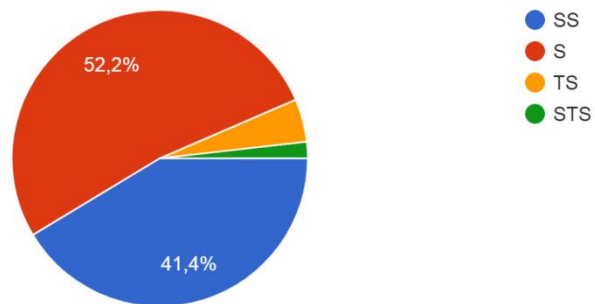
278 jawaban



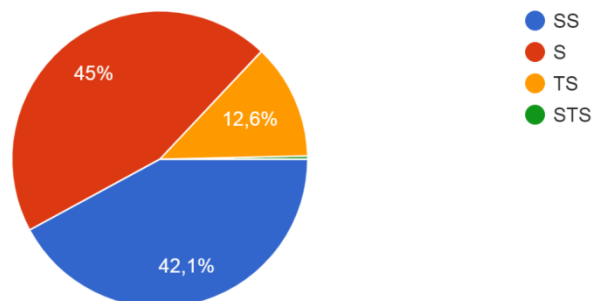
4. Saya melakukan aktivitas lain untuk mengalihkan keinginan pasangan saya untuk berciuman  
278 jawaban



5. Saya menjaga hasrat seksual saya dalam menjalin hubungan dengan pasangan saya  
278 jawaban

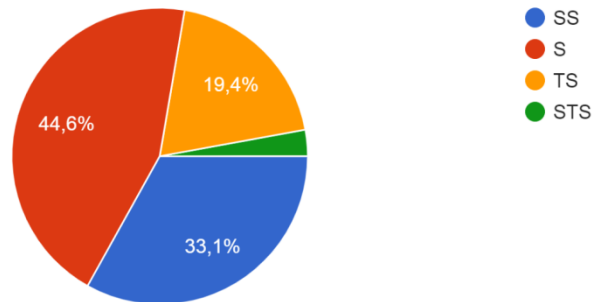


6. Lebih baik saya ditinggalkan pasangan saya daripada harus berpacaran ke suatu tempat yang sepi  
278 jawaban



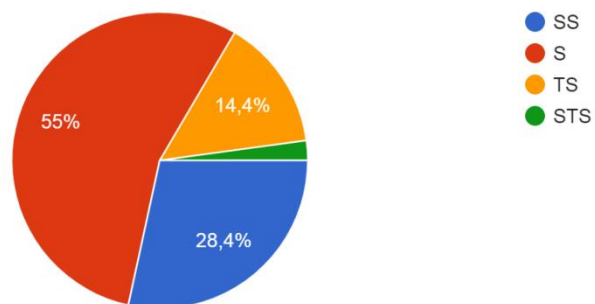
7. Saya memutuskan untuk tidak keluar rumah pada malam hari dengan pasangan saya agar terhindar dari pandangan negatif tetangga

278 jawaban



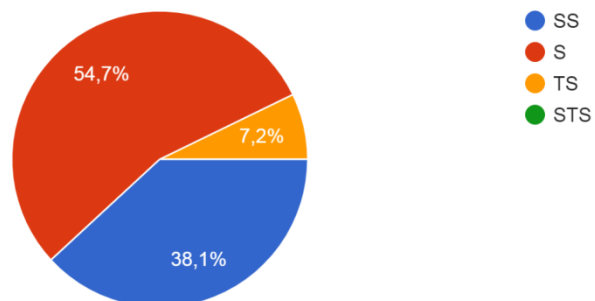
8. Saya lebih senang berkumpul dengan teman dari pada berdua dengan pacar saya

278 jawaban

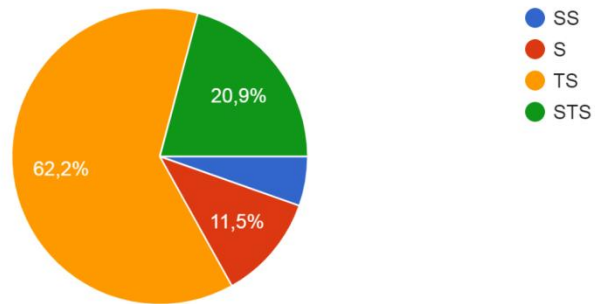


9. Saya berkomitmen dengan pasangan saya agar tidak berhungan melebihi batas wajar norma sosial

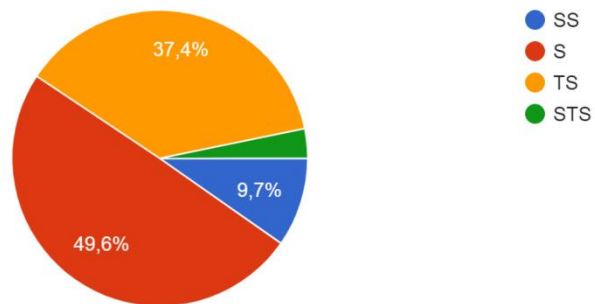
278 jawaban



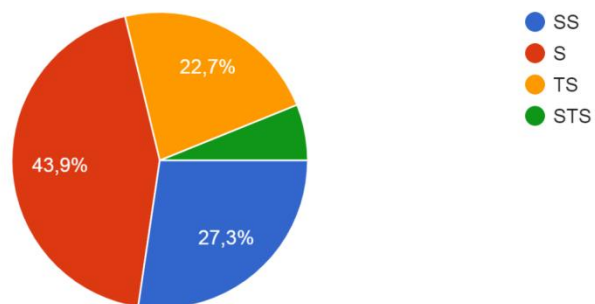
10. Saya meminta pasangan untuk selalu memeluk saya ketika sedang berjalan-jalan  
278 jawaban



11. Menurut saya, kebersamaan dengan pasangan adalah suatu hal yang romantis  
278 jawaban

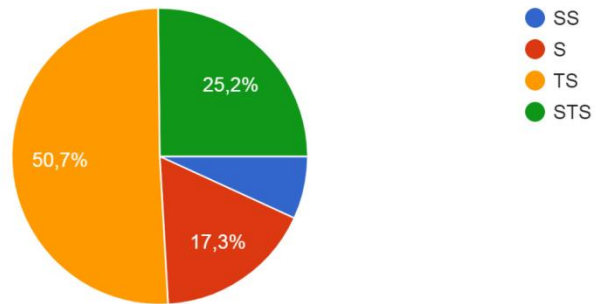


12. Saya akan marah apabila pasangan saya mengajak berciuman  
278 jawaban



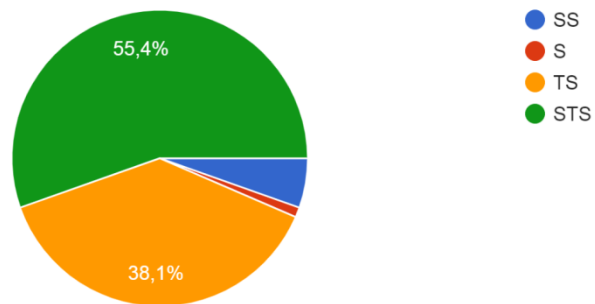
13. Saya dapat dengan mudah menerima ajakan pasangan saya untuk berpelukan

278 jawaban



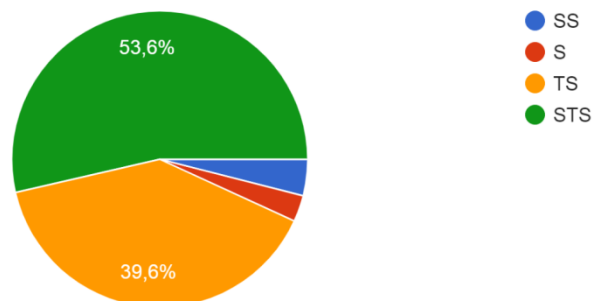
14. Menurut saya lebih menyenangkan berpelukan dengan pasangan daripada harus berkumpul dengan keluarga

278 jawaban



15. Menurut saya lebih menyenangkan menghabiskan waktu dengan pasangan daripada berkumpul dengan keluarga

278 jawaban



16. Saya merasa nyaman apabila pasangan saya meraba bagian intim anggota tubuh saya  
278 jawaban

