

## ***Self Regulation Dengan Perilaku Seksual Pada Pengunjung Remaja Di PT. Jakabaring Sport City***

***Ezra Kristina Silitonga<sup>1</sup>, Nuzsep Almigo<sup>2</sup>***

Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma Palembang, Indonesia

E-mail: [eeezraakristinaa04@gmail.com](mailto:eeezraakristinaa04@gmail.com)<sup>1</sup>, [nuzsep@binadarma.ac.id](mailto:nuzsep@binadarma.ac.id)<sup>2</sup>

Article History:

**Received**

.....

**Revised**

.....

**Accepted**

.....

**Published**

.....

**Abstract.** *This stage of adolescence is full of longing for individual freedom filled with energy, love, belief, action, creative thoughts, and curiosity. One of the psychological factors that influence teenagers in preventing sexual behavior is self regulation. The aim of this research is to determine the relationship between self-regulation and sexual behavior in adolescents at PT. Jakabaring Sport City Palembang. This research uses quantitative research methods where the research uses data collection in it. The technique used by researchers to collect data is using a questionnaire in the form of a sexual behavior scale with selfregulation. Based on research conducted by researchers regarding selfregulation and sexual behavior involving 105 research subjects, namely teenage visitors at PT. Jakabaring Sport City. The results of statistical calculations show that there is a negative relationship between self regulation and sexual behavior among teenage visitors to PT. Jakabaring Sport City. Analysis was carried out using a simple regression test. These results can be seen from the correlation coefficient value  $r -0.433$  with a significance value (P) of  $0.000 - 0.00$ . The correlation value between selfregulation and sexual behavior in teenage visitors is  $18.8\%$  ( $r^2 = 0.188$ ), while  $81.2\%$  is influenced by other variables not examined in this study.*

**Keywords:** *self regulation, sexual behavior, adolescent*

**Abstrak.** Pada tahap remaja ini penuh dengan kerinduan akan kebebasan individu yang dipenuhi dengan energi, cinta, kepercayaan, tindakan, pikiran kreatif, dan rasa ingin tahu. Salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi Remaja dalam mencegah perilaku seksual adalah self regulation. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara self regulation dan perilaku seksual pada remaja di PT. Jakabaring Sport City Palembang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dimana penelitian tersebut menggunakan pengambilan data di dalamnya. Teknik yang digunakan peneliti untuk mengambil data yaitu menggunakan angket berupa skala perilaku seksual dengan self regulation. Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti mengenai self regulation dan perilaku seksual yang melibatkan sebanyak 105 subjek penelitian yaitu pengunjung remaja di PT. Jakabaring Sport City. Hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara self regulation dengan perilaku seksual pada pengunjung remaja di PT. Jakabaring Sport City. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi sederhana. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi  $r -0,433$  dengan nilai sigifikansi (P)  $0,000 0,00$ . Nilai korelasi

antara self regulation dengan perilaku seksual pada pengunjung remaja sebesar 18,8% ( $r^2 = 0,188$ ), sedangkan 81,2 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Kata kunci:** *self regulation, perilaku seksual, remaja*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan suatu fase yang rentan mengingat banyak terjadi perubahan baik dalam aspek fisik, psikologis maupun sosial. Fase ini remaja penuh dengan keinginan akan kebebasan diri yang dipenuhi dengan semangat, cinta, harapan, aktivitas, imajinasi, dan rasa ingin tahu. Havighurst (Putro, 2017) menyebutkan tugas pembinaan remaja adalah: 1) Menyadari situasi perubahan-perubahan nyata yang mereka alami dan mampu melakukan pekerjaan sesuai dengan jenisnya dengan sungguh-sungguh dan merasa senang dengan segala sesuatu yang terjadi. 2) Cari tahu bagaimana memainkan peran sosial dengan teman sebaya, dua orang yang berjenis kelamin sama, dan gender lain sesuai dengan orientasi masing-masing. 3) Mencapai kemandirian dari ketergantungan pada orang tua dan orang dewasa lainnya. 4) Menumbuhkan kemampuan keilmuan dan gagasan tentang kegiatan masyarakat. 5) Mencari kepastian bahwa suatu saat kita benar-benar ingin tetap menyendiri di bidang moneter untuk meraih peluang finansial. 6) Siapkan diri Anda untuk memilih tugas yang sesuai dengan bakat dan kemampuan Anda. 7) Memahami dan mempunyai pilihan untuk bertindak dengan andal sesuai standar dan nilai yang relevan. 8) Dapatkan data tentang pernikahan dan siapkan diri Anda untuk memulai sebuah keluarga. 9) Mencari penegasan bahwa ia dapat berperilaku sewajarnya sesuai dengan kaidah ilmiah.

Adapun tugas-tugas perbaikan yang salah satunya adalah kesempatan, misalnya menghabiskan banyak waktu bersama teman, bermain dan bergaul, itu di luar kendali guru, orang tua, dan sekolah. Dengan cara berperilaku seperti ini, timbul pemikiran pada remaja untuk menyalurkan pemikirannya pada hal-hal yang menguji seperti mengunjungi destinasi liburan dan hiburan menarik lainnya. Remaja biasanya mengalami hal ini karena ini adalah masa perkembangan mental dan psikologis. Salah satu keseruan yang paling banyak diketahui remaja ketika sedang nongkrong santai adalah industri perjalanan sisi laut atau sifat industri perjalanan, industri perjalanan sisi laut atau sifat industri perjalanan dapat membuat remaja

diperbolehkan untuk mengkomunikasikan pemikirannya dalam terang kenyataan bahwa pada usia tersebut merupakan pergumulan bagi remaja untuk mempunyai pilihan mengkomunikasikan keinginan-keinginan yang harus dipenuhi.

PT. Jakabaring Sport City merupakan Salah satu destinasi olah raga atau liburan di Palembang ini mulai dikembangkan secara bertahap pada tahun 2001 dan dilanjutkan dengan penyelenggaraan PON pada tahun 2004. Kompleks seluas 325 hektar ini terletak di kawasan Seberang Ulu, lima kilometer dari pusat kota Palembang. Badan Pengurus Sumber Daya Daerah (BPKAD), sebuah organisasi Pemerintahan Bersama di Sumatera Selatan, pada awalnya bertanggung jawab atas administrasi wilayah JSC. Apalagi terus dilakukan hingga *Sea Games* 2011 dan *Asian Games* 2018.

Adanya tempat rekreasi atau wisata PT. Jakabaring Sport City tersebut telah menjadi daya tarik pengunjung terutama para remaja. Di tempat rekreasi tersebut setiap harinya para remaja silih berganti keluar masuk tempat wisata, tidak ada filter untuk menentukan jumlah para remaja dan kendaraan yang masuk ke area rekreasi tersebut, tetapi bisa untuk di estimasi per harinya.



**Sumber: Manager Operasional PT. Jakabaring Sport City**

Dengan penjelasan secara lebih rinci mengenai data persentase pengunjung remaja yang didapat dari Divisi Operasional sebagai berikut: 1) Pengunjung remaja pada hari senin tidak terlalu ramai dan hanya 40% pengunjung remaja 2) Pada hari selasa estimasi jumlah pengunjung remaja juga sama seperti hari senin, tidak terlalu ramai 3) Kemudian pada hari rabu estimasi jumlah pengunjung naik lebih ramai sekitar 5% dibandingkan hari senin dan selasa 4) Hari Kamis juga sudah mendekati hari weekend dan estimasi jumlah pengunjung naik lebih ramai lagi sekitar 5% dibandingkan hari rabu 5) Selanjutnya di hari jumat persentase

pengunjung remaja juga naik lagi sekitar 5% dibandingkan hari kamis karena sudah termasuk hari weekend 6) Pada hari sabtu naik lagi lebih ramai sekitar 5% dibanding hari jumat 7) Puncak keramaian pengunjung remaja ialah dihari minggu, naik sebanyak 15% dibandingkan hari sabtu, karena pada hari weekend inilah lebih dari setengah dari total pengunjung adalah para remaja dan puncaknya pada hari minggu.

Dominannya remaja yang menjadi pengunjung di PT. Jakabaring Sport City membenarkan bahwa kebebasan memang berkaitan dengan tugas perkembangan yang ada pada remaja. Berdasarkan observasi awal terhadap perilaku remaja di PT. Jakabaring Sport City. Pada tanggal 12 Januari 2023 tepatnya di siang menjelang sore hari sekitar jam 15.00. Ketika penulis sedang keliling mengendarai sepeda motor, penulis melihat terdapat pasangan yang sedang berpelukan dan ada yang sedang berciuman di area Jakabaring tepatnya di area belakang sebelum rumah ibadah tersebut. Kemudian pada tanggal 3 Februari sekitar jam 10 peneliti melihat ketika keluar dari kantor terdapat segrombolan anak SMK yang sedang kebut-kebutan, kancing pada baju seragam dibuka sebagai luaran dan memperlihatkan kaos biasa sebagai baju dalamnya. Knalpot motor yang berisik, dan temannya ada yang sedang menghisap rokok, ketika peneliti bertanya kelas berapa ternyata mereka kelas 12 semua.

Kemudian dari Hasil Wawancara (*Personal Communication*) kepada karyawan yang berada di divisi Umum dan SDM PT. Jakabaring Sport City, pada saat penulis melaksanakan magang subjek menceritakan tentang bebarapa kasus perilaku seksual pada pengunjung remaja yang terciduk oleh satpam sedang melakukan aktivitas seksual yaitu berciuman bibir, berpelukan, dan menempelkan alat kelamin dengan pasangannya pada tempat yang sepi di area sebelum venue lapangan tembak PT. Jakabaring Sport City. Ketika terciduk oleh satpam kemudian dibawa oleh satpam tersebut ke kantor satpam dan menghubungi orang tua remaja tersebut. Tetapi tidak ada sanksi tegas sampai sekarang mengenai hal yang tidak senonoh tersebut, remaja dipulangkan ke orang tuanya yang sudah datang ke kantor satpam itu, dan biasanya remaja yang terciduk ada juga yang mengobrol dan memberikan uang kepada satpam tersebut, dan masalah tersebut langsung selesai pada saat itu juga.

Dengan ditemukannya beberapa kasus seksualitas yang terjadi pada para pengunjung remaja di PT. Jakabaring Sport City, memberikan informasi bahwasannya remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan tak pernah puas termasuk untuk mengetahui tentang seks. Inilah yang membuat menjadi masa yang rentan untuk melakukan tindakan beresiko. Seperti yang diungkapkan Santrock (Panggabean, 2015) remaja berada pada masa *strom and stress* (badai

---

dan tekanan). *Strom and stress* adalah masa yang penuh dengan konflik, perubahan mood yang cepat, dan melakukan tindakan beresiko. Salah satu tindakan beresiko yang dilakukan oleh remaja adalah berperilaku seksual.

Salah satu unsur psikologis yang mempengaruhi remaja dalam mencegah perilaku seksual berbahaya adalah *self regulation*, dimana remaja yang memiliki *self regulation* yang rendah cenderung akan melakukan tindakan seksual sedangkan remaja yang memiliki *self regulation* yang rendah akan terlibat dalam perilaku seksual yang berbahaya. tinggi akan mampu mengendalikan perilaku seksual mereka. Gailiot & Baumeister (Fazrian, 2016).

Omrod (2014) *self regulation* adalah proses dimana seseorang dapat mengatur pencapaian dengan aksi mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target suatu pembelajaran yang mengajarkan individu untuk dapat mengatur dirinya. Pembelajaran yang termasuk di dalamnya yaitu: Pengaturan yang meliputi proses berfikir dan akan dimunculkan menjadi suatu perilaku yang terarah dan teratur. Manusia mempunyai kemampuan berfikir, dengan kemampuan tersebut manusia dapat memanipulasi lingkungannya, sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatan manusia.

Berdasarkan wawancara singkat kepada salah satu pengunjung remaja berinisial M (*Personal Communication*, 15 April 2023) berdasarkan karakteristik *self regulation* menurut Sarwono (2016) M mengatakan bahwa M adalah tipikal orang yang mengikuti alur hidupnya saja seperti air mengalir, apa yang ingin M lakukan ketika M di JSC ya M lakukan saja, tidak ada tolak ukur apapun yang M punya untuk mengatur perilakunya. Kemudian pada pengunjung remaja berinisial R (*Personal Communication*, 15 April 2023) R mengatakan tidak dapat mengatur perilakunya sendiri dan tidak mempunyai standar atau kriteria untuk tujuannya ketika di JSC, R bermain bersama teman-temannya sambil berteriak-teriak sangat kencang dan tidak memikirkan orang lain yang disekitarnya

Berdasarkan wawancara singkat kepada subyek kedua pengunjung remaja berinisial N (*Personal communication*, 15 April 2023) N mengatakan bahwa ia pernah emosi dan susah untuk mengontrol emosinya, kemudian N memukul pacarnya pada saat berantem di JSC. Kemudian pada pengunjung remaja berinisial M, mengatakan bahwa M terkadang bisa mengatur tingkat emosinya, tetapi terkadang juga susah untuk mengatur tingkat emosinya. M mengatakan pernah berantem mulut dengan pasangannya ketika lagi berdua di area JSC. Pada pengunjung remaja R juga mengatakan R pernah ada masalah dengan temannya saat berada di JSC dan membuat R sangat kesal kemudian R memukul tubuh temannya tersebut.

Berdasarkan wawancara singkat kepada subyek selanjutnya pengunjung remaja berinisial B (*Personal communication*, 15 April 2023) B mengatakan tidal ada arahan dan perilaku yang diharapkan oleh dirinya sendiri pada saat berkunjung ke JSC, B pernah membuang sampah sembarangan padahal didekat B ada tempat sampah, dan secara tidak langsung B susah untuk mengintruksi dirinya sendiri untuk melakukan perilaku yang tepat.

Berdasarkan angket awal yang peneliti buat pada tanggal 05 April 2023 melalui offline yang diberikan kepada 50 responden pengunjung remaja di PT. Jakabaring Sport City, angket tersebut disesuaikan dengan ciri-ciri self regulation menurut Omrod (Riskiyani, 2017), menunjukkan hasil cukup kurangnya regulasi diri 36% tidak memiliki standar dan tujuan dalam diri sendiri untuk mengatur perilakunya ketika di jsc, 40% tidak bisa mengatur emosi, 36% susah dan tidak bisa menginstruksi diri sendiri untuk berperilaku yang tepat ketika di jsc, 26% tidak melakukan monitoring perilaku pada diri sendiri, 44% tidak melakukan evaluasi diri terhadap perilaku yang kurang tepat saat berada di jsc.

### Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang mana metode penelitian tersebut menggunakan pengambilan data didalamnya. Metode yang digunakan peneliti untuk mengambil data adalah menggunakan angket dengan menggunakan angket yaitu berupa skala Perilaku Seksual dengan *Self Regulation*. Populasi pada penelitian ini adalah pengunjung remaja PT. Jakabaring Sport City Palembang.

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2016), *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini.

Populasi dalam penelitian ini merupakan Pengunjung Remaja PT. Jakabaring Sport City Palembang yang berjumlah 150 remaja. Berdasarkan jumlah populasi dari pengunjung remaja PT. Jakabaring Sport City Palembang adapun teknik yang digunakan peneliti. Sampel penelitian ditarik dan ditentukan dengan menggunakan tabel adaptasi dari table Issac & Michael dengan tingkat kesalahan sebesar 5 %. Dari jumlah keseluruhan yang di peroleh table Issac & Michael

maka dapat diperoleh pula jumlah sampel sebanyak 105 pengunjung remaja. Sebelum penelitian ini dilakukan sebanyak 45 pengunjung remaja diberikan skala uji coba Try Out.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini bersifat tertutup, dimana subjek diminta untuk memilih salah satu dari beberapa pilihan jawaban yang tersedia. Skala likert yang dibuat dalam bentuk checklist. Skala peneliti menggunakan variabel perilaku seksual, tepatnya menggunakan skala yang disiapkan oleh peneliti sendiri. Skala ini disusun dengan menggunakan acuan aspek pada variabel perilaku seksual berlandaskan teori yang dikemukakan oleh Masland (Sugiarto dan Widyastuti, 2021). Skala yang peneliti gunakan pada variabel *self regulation* yaitu menggunakan skala yang telah disusun oleh peneliti sendiri, skala ini disusun menggunakan acuan aspek-aspek pada variabel *self regulation* dengan berlandaskan teori yang dikemukakan oleh Omrod (Santoso, 2015).

Uji reliabilitas pada skala Perilaku Seksual menunjukkan nilai reliabilitas alpha sebesar 0,933 sedangkan untuk reliabilitas pada skala *Self Regulation* menunjukkan reliabilitas sebesar 0,978 dengan demikian kedua skala tersebut dapat dikatakan memiliki konsistensi hasil ukur yang baik dikarenakan nilai reliabilitasnya 1,00

### Hasil

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 105 Pengunjung Remaja PT. Jakabaring Sport City Palembang. Dimana subjek didalam penelitian ini memiliki jenis kelamin dan usia yang berbeda, namun statusnya sama sebagai pengunjung remaja. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti memperoleh hasil rangkuman penelitian berupa data yang diperoleh dengan cara survey dalam penelitian ini sebagai berikut.

Tabel 1.

Rangkuman Jenis Kelamin Pengunjung Remaja

No	Jenis Kelamin	Jumlah	%
1	Laki-Laki	47	44,7%
2	Perempuan	58	55,3%
<b>Total</b>		105	100%

Tabel 2.

Rangkuman Usia Pengunjung Remaja

No	Usia	Jumlah	%
1	18	8	7,7%
2	19	12	11,4%
3	20	21	20%

4	21	28	26,7%
5	22	36	34,2%
<b>Total</b>		<b>105</b>	<b>100%</b>

Penelitian ini menggolongkan subjek ke dalam kategori- kategori tertentu. Kategori ini bertujuan untuk menempatkan subjek dalam kelompok-kelompok berdasarkan atribut yang diukur. Penggolongan subjek dibagi menjadi dua kategori yaitu kategori tinggi dan kategori rendah, subjek penelitian yang dikategori memiliki kategori kepuasan kerja tinggi jika skor berada  $X > M$  dan kategori rendah jika skor berada pada  $X < M$ . Berikut ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.

Kategorisasi sampel penelitian alat ukur *Self Regulation*

Skor	Kategorisasi	N	%
$X > 149,48$	Tinggi	59	56%
$X < 149,48$	Rendah	46	44%
<b>Total</b>		<b>105</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa dari sebanyak 105 pengunjung remaja PT. Jakabaring Sport City Palembang yang dijadikan subjek penelitian, terdapat 59 atau 56% yang memiliki *self regulation* yang tinggi sedangkan 46 atau 44% yang memiliki *self regulation* yang rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa *self regulation* pada pengunjung remaja di PT. Jakabaring Sport City memiliki *self regulation* yang tinggi.

### Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui kenormalan data sebaran di dalam data penelitian, dimana yang menjadi syarat untuk dilaksanakan bahwa data tersebut normal apabila nilai data lebih dari tarif signifikan yang telah ditentukan yaitu  $p > 0,05$  dengan uji Kolmogorov Smirnov. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya sebaran data adalah jika  $p > 0,05$  maka sebaran dinyatakan normal, sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka sebaran dinyatakan tidak normal. Rangkuman hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.

Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	P	Keterangan
Perilaku Seksual	0,967	0,308	Normal
<i>Self Regulation</i>	1.022	0,247	Normal

Berdasarkan tabel diatas, bahwa hasil dari kedua data yang diperoleh melalui alat ukur yang dibuat peneliti berdistribusi normal karena memenuhi kaidah  $p > 0,05$ , dapat dilihat dari nilai  $p$  alat ukur tersebut yaitu perilaku seksual  $p = 0,308$  ( $p > 0,05$ ) dengan KS-Z 0,967 dan *self regulation*  $p = 0,247$  ( $p > 0,05$ ) dengan KS-Z 1.022

### Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel terikat yaitu Perilaku Seksual dengan variabel bebas *Self Regulation*. Kaidah yang digunakan adalah jika  $p < 0,05$  berarti hubungan antara kedua variabel adalah linier, jika  $p > 0,05$  maka hubungan antara kedua variabel tidak linier. Hasil uji linieritas antara *self regulation* dengan perilaku seksual dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5.

Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	P	Keterangan
Perilaku Seksual (Y) dan <i>Self Regulation</i> (X)	11,153	0,000	Linier

### Uji Hipotesis

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah menggunakan uji regresi sederhana yang dilakukan pada *self regulation* dengan perilaku seksual, dengan hasil sebagai berikut:

Variabel	R	R <sup>2</sup>	P	Keterangan
Perilaku Seksual dan <i>Self Regulation</i>	-0,433	0,188	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh hasil nilai korelasi antara variabel perilaku seksual dengan *self regulation* yaitu  $R = -0,433$  dengan nilai R Square = 0,188 dan  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,01$ . Yang berarti kedua variabel memiliki hubungan negatif yang signifikan pada pengunjung remaja di PT. Jakabaring Sport City. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi sederhana yang hasilnya menunjukkan bahwa adanya penolakan terhadap hipotesis yang

diajukan. dengan taraf kesalahan 0,05. Nilai korelasi ( $r^2$ ) antar *self regulation* dengan perilaku seksual sebesar yaitu 0,188 atau 18,8%. Sementara itu, 81,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### Diskusi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti mengenai *self regulation* dengan perilaku seksual sebanyak 105 subjek penelitian, subjek penelitian Pengunjung Remaja di PT. Jakabaring Sport City. Hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Self Regulation* Dengan Perilaku Seksual Pada Pengunjung Remaja Di PT. Jakabaring Sport City. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi sederhana yang hasilnya menunjukkan adanya penerimaan terhadap hipotesis yang diajukan. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi  $r = -0,433$  dengan nilai sigifikansi ( $P$ ) =  $0,000 < 0,01$ . Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara *Self Regulation* Dengan Perilaku Seksual Pada Pengunjung Remaja Di PT. Jakabaring Sport City.

Dari hasil analisis diperoleh nilai sumbangan yang diberikan *self regulation* dengan perilaku seksual sebesar  $R^2 = 0,188$  atau 18,8 % jadi masih terdapat 81,2% pengaruh dari faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku seksual namun tidak diteliti oleh peneliti. Berdasarkan hasil analisa dilapangan menunjukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan perilaku seksual. Dimana jika semakin tinggi *self regulation*, maka remaja cenderung menghindari perilaku seksual beresiko. Sebaliknya, jika *self regulation* rendah maka remaja cenderung berperilaku seksual yang beresiko. Penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi diri berhubungan negatif dengan perilaku seksual pada remaja untuk tidak terlibat dalam perilaku seksual beresiko. Hal ini dikarenakan remaja mampu berupaya untuk mengontrol dirinya.

Berdasarkan hasil deskripsi kategorisasi data Perilaku Seksual menunjukkan dari sebanyak 105 sample dijadikan subjek penelitian, terdapat 36 pengunjung remaja atau 34 % yang memiliki tingkat perilaku seksual yang tinggi, dan terdapat 69 pengunjung remaja atau 66 % yang memiliki tingkat perilaku seksual yang rendah. Dapat disimpulkan dari hasil analisa diatas, pengunjung remaja PT. Jakabaring Sport City memiliki perilaku seksual yang rendah, sebagian yang memiliki perilaku seksual tinggi dengan atas kissing dan necking, kemudian pengunjung remaja yang melakukan perilaku seksual yang rendah yaitu tidak akan melakukan hubungan seksual walaupun hanya satu

---

kali, walaupun hanya dengan pasangan tetap tidak boleh, takut untuk melakukan perilaku seksual seperti *petting* dan *senggama*.

Berdasarkan hasil deskripsi kategorisasi *self regulation* menunjukkan dari sebanyak 105 pengunjung remaja yang dijadikan subjek penelitian, terdapat 59 atau 56% yang memiliki *self regulation* yang tinggi sedangkan 46 atau 44% yang memiliki *self regulation* yang rendah. Jadi dapat disimpulkan bahwa *self regulation* pada Pengunjung Remaja Di PT. Jakabaring Sport City memiliki *self regulation* yang tinggi diperoleh pengunjung remaja. Sedangkan pengunjung remaja yang memiliki *self regulation* yang rendah yaitu kurangnya memiliki standar dan tujuan terhadap perilaku dirinya sendiri, susah untuk mengatur emosi, kurang bisanya untuk memonitoring perilaku dirinya, dan terkadang susah untuk mengevaluasi perilakunya sendiri.

Eisenberg dkk. (Fazrian, 2016), Hal ini berarti bahwa titik fokus dari kapasitas administrasi mandiri adalah membangun upaya-upaya potensial, termasuk kapasitas untuk menghambat reaksi-reaksi yang dominan, kapasitas untuk merancang, dan kapasitas untuk mengidentifikasi kesalahan-kesalahan. Remaja yang berusaha melatih ketenangan dapat mengalihkan perhatiannya dan fokus pada cara-cara berperilaku yang sebaiknya dilakukan, menghalangi cara-cara berperilaku yang berlebihan, dapat menggabungkan data-data yang diperoleh, merencanakan, serta dapat mengelola perasaan dan perilaku. Hal ini merupakan gambaran dari 7 (tujuh) siklus self-guideline (Mill operator dan Brown, 1991; Brown, 1998), yang secara khusus menoleransi apa yang akan melengkapi pemahaman remaja tentang cara berperilaku seksual dan risikonya, menilai mana yang akan membuat remaja siap. untuk bertindak sesuai standar dalam, menetapkan hal yang akan membuat remaja siap berpikir dan bertindak secara imajinatif dalam menjawab permasalahan perilaku seksual, melihat melalui hal tersebut akan memberdayakan generasi muda untuk memilih jawaban untuk menghindari perilaku seksual yang berbahaya, rencana yang akan memberdayakan generasi muda merencanakan teknik untuk menaklukkan hasrat seksual dalam diri, mengeksekusi yang memberdayakan remaja untuk melakukan prosedur yang selama ini dimaksudkan untuk melawan bujukan yang mengarah pada cara berperilaku seksual yang berbahaya, dan mengevaluasi yang memberdayakan remaja untuk membuka cara berperilakunya sendiri, sehingga remaja dapat bertindak adaptif dengan keadaannya saat ini.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Gailliot & Baumeister (Fazrian, 2016) menunjukkan bahwa regulasi diri berkaitan dengan menahan diri dari perilaku seksual. Dalam penelitian tersebut, regulasi diri menjadi suatu hal yang sangat penting dimiliki karena remaja akan lebih

mampu untuk mengatur diri dan mengatur dorongan seksual dalam dirinya. Mereka memiliki kemampuan untuk mengendalikan atau menahan dirinya ketika mereka ingin atau harus melakukan perilaku seksual yang beresiko. Selain itu, dikarenakan remaja lebih diskriminatif terhadap dorongan seksualnya sehingga akan memungkinkan remaja untuk menahan diri dan tidak melakukan perilaku seksual yang beresiko dengan pasangannya. Mereka juga berupaya untuk mengerahkan dan merangsang respon yang diinginkan dan menghambat respon yang tidak diinginkan, sehingga remaja tidak mengembangkan pola perilaku seksual yang beresiko.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Reski Fazrian (2016) dengan judul Hubungan Regulasi Diri Dengan Perilaku Seksual. diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0,357 yang berarti arah hubungan regulasi diri dengan perilaku seksual pada remaja adalah negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Kakinda Adrian Ivan (2021) dengan judul Penggunaan Media Sosial, Pengaturan Diri dan Niat Untuk Terlibat Dalam Perilaku Seks Beresiko Pada Siswa Universitas Kyambogo Di Uganda. Penelitian ini bertujuan untuk membangun hubungan antara Penggunaan Media Sosial, Selfregulasi dan niat untuk melakukan Perilaku Seksual Berisiko di lingkungan perguruan tinggi siswa, studi kasus Universitas Kyambogo di Uganda. Studi ini dilakukan menggunakan desain studi korelasional. Sebuah ukuran sampel dari 370 peserta digunakan dalam belajar. Responden merupakan mahasiswa tingkat akhir Universitas Kyambogo. Studi ini menemukan bahwa ada hubungan positif yang signifikan lemah antara penggunaan media sosial dan pengaturan diri ( $r = 0,203$ ,  $p = 0,01$ ), hubungan negatif antara pengaturan diri dan niat untuk terlibat dalam perilaku seksual berisiko ( $r = -.173$ ,  $p = 0.01$ ).

Paparan bagian diskusi berisi pemberian makna secara substansial terhadap hasil analisis dan perbandingan dengan temuan-temuan sebelumnya berdasarkan hasil kajian pustaka yang relevan, mutakhir dan primer.

Perbandingan tersebut sebaiknya mengarah pada adanya perbedaan dengan temuan penelitian sebelumnya sehingga berpotensi untuk menyatakan adanya kontribusi bagi perkembangan ilmu.

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data dan pembahasan, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa ada hubungan negatif antara *Self Regulation* Dengan Perilaku Seksual Pada Pengunjung Remaja Di PT. Jakabaring Sport City. Adanya kelemahan dari penelitian ini yaitu perlu dilakukan lebih mendalam lagi faktor penyebab perilaku seksual dengan *selfregulation* pada remaja.

### Saran

Bagi peneliti selanjutnya yang berkeinginan untuk melanjutkan penelitian ini agar lebih spesifik dalam menjelaskan dinamika hubungan antara *self regulation* dengan perilaku seksual. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya disarankan lebih bervariasi dalam menggali data dan menggali data serta meneliti faktor-faktor lain selain *self regulation* mempengaruhi perilaku seksual. Penelitian ini dapat menjadi referensi guna membantu peneliti selanjutnya yang berminat untuk mengangkat tema yang sama atau memperdalam penelitian ini.

### Kepustakaan

- Akmal Latif, S., & Zulherawan, M. (2020). Penyimpangan Sosial Dalam Prilaku Seks Bebas Dikalangan Remaja. *Sisi Lain Realita*, 4(2), 56–75. [https://doi.org/10.25299/sisilainrealita.2019.vol4\(2\).4827](https://doi.org/10.25299/sisilainrealita.2019.vol4(2).4827)
- Arisandy, D., & Saing, E. (2023). Job Satisfaction with Work Involvement in Courier Employees. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 154-161
- Astuti, W., Muna, Z., & Julistia, R. (2021). Gambaran Kontrol Diri Pada Siswa SMP Kota Lhokseumawe Dalam Mencegah Perilaku Seksual Pranikah. *Jurnal Diversita*, 7(1), 72–78. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.4526>
- Dasan, N., Arsat, N., & Mahadzir Rahimi Mohamed Nawi, M. (2019). Persepsi Tingkah Laku Seksual Berisiko: Peranan Pengaturan Kendiri dan Perilaku Berinternet dalam kalangan Pelajar Universiti Awam. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 4(4), 55. [www.msocsciences.com](http://www.msocsciences.com)
- Desa, M., Serai, P., & Perspektif, L. (2022). NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial Perpajakan. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(4), 1483–1490.
- Fazrian, R. (2016). Hubungan regulasi diri dengan perilaku seksual pada remaja (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Khairunnisa, A. (2013). Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 126–131. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3322>
- Lia, D. R. A. (2017). Perilaku Seksual Pada..., Dwi Retno April Lia, Fakultas Psikologi UMP, 2017. *Makalah*, 10–28.
- Mempengaruhi, F. Y., & Regulation, S. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation* Remaja dalam Bersosialisasi. 8(1), 1–11.
- Naja, Z., Agushybana, F., & Mawarni, A. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap Mengenai Seksualitas Dan Paparan Media Sosial Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Sma Di Kota Semarang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(4), 282–293. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Nina, N., & Setianingsih, A. (2018). Pengendalian Diri, Lingkungan dan Sumber Informasi terhadap Perilaku Seksual Remaja Anak Jalanan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(04), 218–226. <https://doi.org/10.33221/jikm.v7i04.171>
- Nugraha, R., & Suyadi, S. (2019). Regulasi Diri dalam Pembelajaran. *Tarbiyah Al-Awlad: Jurnal Kependidikan Islam Tingkat Dasar*, 9(2), 178-185.

- Pada, B., Di, M., Ilmu, F., Universitas, S., & Manado, N. (2014). Remaja merupakan kelompok potensial yang perlu mendapat perhatian serius . Proporsi penduduk berusia remaja Masyarakat ( FKM ) Universitas Hassanudin ( UNHAS ) pada tahun mahasiswa media pornografi mengenai akses hasil menunjukkan angka yang cukup besar . 48-55.
- Pradnyadari, N. M. D. S., & Herdiyanto, Y. K. (2018). Dinamika Perencanaan Karir Remaja Perempuan Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 251.  
<https://doi.org/10.24843/jpu.2018.v05.i02.p03>
- Putri, C. (2020). Implementasi Peraturan Kepala Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional (Bkkbn) Nomor : 88/Per/F2/2012 Oleh Pusat Informasi Dan Konseling Remaja (Pik-R) Sidamika Smk Negeri 5 Palembang Tahun 2019.
- Rachmanianie, R. (2017). Seks pra nikah sebagai problematika remaja sekolah menengah. *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Revitalisasi Laboratorium Dan Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kkni*, 4-6.
- Riskiyan, D., Hartati, M. T. S., & Sugiyo, S. (2017). Hubungan antara kematangan emosi dan self regulation dengan kemampuan penyesuaian diri pada siswa kelas VII SMP Negeri 29 Semarang. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 6(4).
- Rizkyta, D. P., & N, N. A. F. (2019). Hubungan Antara Persepsi Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Dan Kematangan Emosi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 8, 10-20.
- Santoso, S. L. (2015). Hubungan regulasi diri dengan coping stres berfokus masalah pada pengurus ormawa FIP UNY. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
- Situmeang, M. E. (2022). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual pada Siswa di SMA Perguruan Kristen Immanuel Medan. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-64.
- Sosial Media Usage , Self-regulation And Intentions To Engage In Risky Sexual Behaviours Among Students Of Kyambogo University In Uganda By Kakinda Adrian Ivan A Research Dissertation Submitted To Kyambogo University Graduate School In Partial Fulfilment Of The Requirements For The Award Of The Degree Of Master Of Counselling Psychology Of Kyambogo University. (2021).
- Song, W., & Qian, X. (2020). Adverse Childhood Experiences and Teen Sexual Behaviors: The Role of Self-Regulation and School-Related Factors. *Journal of School Health*, 90(11), 830-841.  
<https://doi.org/10.1111/josh.12947>
- Sugiarto, N. E. P., & Widyastuti. (2021). The Relationship Between Self Control and Sexual Behavior in SMK "X" Mojosari Students. *Academia Open*, 5, 1-11.  
<https://doi.org/10.21070/acopen.5.2021.1922>
- Sya'diyah, H. (2019). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja di Jakarta. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 1-11.  
<https://jpsikologi.esaunggul.ac.id/index.php/JPSI/article/view/81>
- Tyas. (2009). Bab II Kerangka Teoritik. *Basu Swasta DH*, 17(440), 13-47.
- Wardani, D. A., & Alfiani, R. N. (2022). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 550-555.  
<https://doi.org/10.33023/jikep.v8i4.1229>
- Wulandari, Septiani. "Perilaku Seksual Remaja Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya." *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, vol. 4, no. 3, 2014.
- Yundani, Y. C. (2022). Regulasi Diri Dalam Membangun Motivasi. *Jurnal Ilmu Dakwah Dan Tasawuf*, 4(1), 21-35.  
<https://jurnal.stidsirnarasa.ac.id/index.php/iktisyaf/article/download/71/37>
- Zadri, D. A. (2020). Pengaruh Gaya Hidup Hedonis dan Regulasi Diri Terhadap Perilaku Seksual Pranikah. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 228.

---

<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4906>





**PHILANTHROPY: JOURNAL OF PSYCHOLOGY**  
FAKULTAS PSIKOLOGI | UNIVERSITAS SEMARANG

**LETTER OF ACCEPTANCE**

045/14.SPA/Phil/IX/2023

September 14, 2023

Dear Author(s)

**Ezra Kristina Silitonga<sup>1</sup>, Nuzsep Almigo<sup>2</sup>**

*Fakultas Sosial Humaniora, Universitas Bina Darma Palembang, Indonesia*

This is my pleasure to inform you that the paper entitled ***Self Regulation Dengan Perilaku Seksual Pada Pengunjung Remaja Di PT. Jakabaring Sport City*** has been accepted for publication in the upcoming issue of Volume 7 Number 2 December 2023 in **Philanthropy: Journal of Psychology**.

Thank you for submitting your work to this journal. We hope you submit your articles in the future.

Best Regards,

**Irwan Desyantoro, S.Psi., M.Psi.**

Editor-in-Chief

Philanthropy: Journal of Psychology

PHILANTHROPY: Journal of Psychology

Accredited

**SINTA 4**



[journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy](http://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy)

PHILANTHROPY: Journal of Psychology Published by:  
**FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS SEMARANG**  
Jl. Soekarno Hatta, RT.7/RW.7, Tlogosari Kulon, Kec. Pedurungan  
Kota Semarang Jawa Tengah 59160 Indonesia  
P-ISSN : 2580-6076  
E-ISSN : 2580-8532



ACCEPTANCE LETTER

PHILANTHROPY: JOURNAL OF PSYCHOLOGY