

# HUBUNGAN *SELF-MONITORING* DENGAN PERILAKU SEKSUAL PADA REMAJA YANG BERPACARAN

Joni Zulhaqqi, Yanladia Yeltas Putra  
Universitas Negeri Padang  
e-mail: [zulhaqqijoni@gmail.com](mailto:zulhaqqijoni@gmail.com)

**Abstrack:** *Relationship between self-monitoring and sexual behavior in adolescents who're dating.* This study aims to see the relationship between self-monitoring and sexual behavior in adolescents who are dating. The type of research is quantitative correlational. The research subjects were 59 high school teenagers aged 15-20 years in the city of Bukittinggi who had dated and not in long distance relationships (LDR) as a sample study. The sampling method uses purposive sampling techniques. Data collection is done by using a self-monitoring scale and a scale of sexual behavior. The results of the study it can be concluded that the level of sexual behavior in adolescents in Bukittinggi city is in the low category, and self-monitoring is in the medium category. The results showed a significant positive relationship between self-monitoring and sexual behavior with  $r_{xy} = 0.349$  and  $p = 0.007$ , which means that the higher the self-monitoring, then higher the sexual behavior, and the lower the self-monitoring, the lower the sexual behavior.

**Keywords :** *Adolescence, sexual behavior, and self-monitoring.*

**Abstrak:** **Hubungan Self-Monitoring Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Yang Berpacaran.** Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *self-monitoring* dengan perilaku seksual pada remaja yang berpacaran. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 59 orang remaja SMA usia 15-20 tahun di Kota Bukittinggi yang pernah pacaran atau sedang berpacaran dan tidak dalam hubungan jarak jauh (LDR) sebagai sampel penelitian. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *self-monitoring* dan skala perilaku seksual. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat perilaku seksual pada remaja di Kota Bukittinggi berada pada kategori rendah, dan *self-monitoring* pada remaja di Kota Bukittinggi berada pada kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara *self-monitoring* dengan perilaku seksual dengan  $r_{xy}=0,349$  dan  $p=0,007$  ( $p<0,05$ ) yang berarti semakin tinggi *self-monitoring*, maka semakin tinggi pula perilaku seksual, dan semakin rendah *self-monitoring*, maka semakin rendah pula perilakunya.

**Katakunci:** Remaja, perilaku seksual, dan *self-monitoring*.

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan atau transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup biologis, kognitif dan sosial emosional. Masa remaja dimulai kira-kira usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir antara usia 18 dan 22 tahun (Santrock, 2003). Pada usia remaja, terjadi perubahan baik dari segi fisik maupun dari segi psikologis (Hurlock, 1994). Perubahan yang terjadi pada remaja merupakan suatu peristiwa yang membingungkan bagi mereka. Perubahan remaja dari pertambahan tinggi dan kematangan seksual berlangsung di masa pubertas. Perubahan pada aspek seksual berkaitan dengan matangnya kelenjar *hipofisa* yang merangsang pengeluaran hormon yang mempengaruhi organ-organ reproduksi yang menyebabkan dorongan seksual anak meningkat (Margaretha, 2011).

Masa pacaran merupakan waktu bagi remaja untuk saling mengenal dengan cara cepat dan lebih dekat terhadap pasangannya, dalam masa pacaran terjadi perubahan pandangan yang mempengaruhi perilaku seksual (Nursal, 2008). Menurut Sudarsono, pacaran (*dating*) adalah suatu peristiwa yang telah direncanakan dan meliputi berbagai aktivitas bersama antara dua orang yang biasanya dilakukan oleh kaum muda yang belum menikah dan berlainan jenis (Widia, 2014). Berdasarkan data survey demografi kesehatan Indonesia 2012, hanya 15% dari laki-laki dan perempuan yang tidak

pernah memiliki pacar (Fajri, 2016). Angka tersebut menurun dari hasil survei demografi kesehatan Indonesia tahun 2007 dengan 28% laki-laki dan 23% perempuan tidak pernah pacaran (Handayani, Hastuti, & Rini, 2014). Hal ini menjelaskan semakin tingginya jumlah remaja yang berstatus pacaran. Pada remaja usia 15-19 tahun, proporsi terbesar berpacaran pertama kali pada usia 15-17 tahun. Sekitar 33,3% remaja perempuan dan 34,5% remaja laki-laki yang berusia 15-19 tahun pertama kali berpacaran saat mereka belum berusia 15 tahun. Pada usia tersebut dikhawatirkan belum memiliki keterampilan hidup (*life skills*) yang memadai, sehingga mereka berisiko memiliki perilaku pacaran yang tidak sehat, antara lain melakukan hubungan seks pranikah.

*Trend* perilaku seksual remaja (15-24 tahun) Indonesia berdasarkan data survey demografi kesehatan Indonesia tahun 2007 dan 2012 diperoleh perbandingan sebagai berikut: pada tahun 2007 pada remaja perempuan dan laki-laki berturut-turut pernah berpegangan tangan 68,% dan 69,0%, ciuman bibir 27% dan 41%, petting/merangsang bagian tubuh sensitif 9% dan 27% (Handayani, Hastuti, & Rini, 2014). Pada tahun 2012 angka tersebut mengalami fluktuasi diantaranya berpegangan tangan 71,6% dan 79,6%, ciuman bibir 29,3% dan 48,1%, petting

6,2% dan 29,5 % berturut-turut pada remaja perempuan dan laki –laki (Fajri, 2016).

Maraknya perilaku seksual dikalangan remaja juga ditemukan di provinsi Sumatera Barat. Sebagaimana kita ketahui bahwa Sumatera Barat, masyarakatnya menganut sistem atau ajaran “Adat Basandi Syarak, Syarak Basandi Kitabullah”. Artinya, agama Islam menjadi landasan/sumber utama dalam tata dan pola berperilaku. Walaupun demikian, masyarakat daerah-daerah di Sumatera Barat banyak yang melakukan perilaku seksual berisiko.

Berdasarkan penelitian di Sumatra Barat, bahwa remaja tergolong seksual aktif di Kota Bukittinggi (21%), Payakumbuh (13%), dan Padang (10,5%). Hasil penelitian lainnya terhadap siswa SMU Negeri di kota Padang, menemukan sebesar (16,6%) remaja mempunyai perilaku seksual berisiko, dimana (4,3%) diantaranya telah melakukan hubungan seksual (Darmayanti, Lestari, & Ramadani, 2011). Ditambah lagi Penelitian yang dilakukan Mohanis (dalam Fajri, 2016) pada beberapa siswa Sekolah Menengah Atas (SMU, SMK dan MA) di Kota Padang dengan sampel sebanyak 200 orang, didapatkan hasil bahwa sebanyak 27% responden melakukan tindakan seksual berisiko berat dan 73% di antaranya tindakan seksual berisiko ringan. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Nursal (2008) terhadap 350 pelajar SMA Negeri di Kota Padang. Hasil penelitian ini adalah sebanyak

58 orang (16,6%) pelajar SMA Negeri Kota Padang melakukan tindakan seksual berisiko dan 15 orang (4,3%) diantaranya telah melakukan hubungan seksual. Ditambah lagi penelitian yang dilakukan oleh Mulyani (2009) pada remaja di Bukittinggi menemukan bahwa 77,61% berpegangan tangan dan membelai rambut, 19,40% remaja terkadang berperilaku seksual negatif tetapi tidak sampai pada tahap berhubungan intim. 2,98% merupakan remaja yang sering melakukan perilaku seksual negatif mulai dari berpegangan tangan, berciuman, hingga berhubungan intim.

Perilaku seksual merupakan segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenisnya maupun dengan sesama jenis. Bentuk tingkah laku ini bisa bermacam-macam, mulai dari perasaan tertarik sampai tingkah laku berkencan, berciuman, dan bersenggama. DeLamenter dan MacCorquodale (dalam Santrock, 2003) mengklasifikasikan bentuk-bentuk perilaku seksual sebagai berikut: *necking*, *lip kissing*, *deep kissing*, meraba payudara, *petting*, *oral sex*, dan *sexual intercourse*.

Adanya undang-undang tentang perkawinan serta norma sosial yang makin lama makin menuntut persyaratan yang makin tinggi untuk perkawinan (pendidikan, pekerjaan, persiapan mental, dan lain-lain) memberikan batasan usia untuk melakukan

perilaku seksual (sedikitnya 16 tahun untuk wanita dan 19 tahun untuk laki-laki). Sebagaimana perilaku lainnya, perilaku seksual juga dipengaruhi oleh faktor kepribadian seperti harga diri, kontrol diri dan tanggung jawab. Remaja yang tidak dapat menahan diri, akan cenderung untuk melanggar norma dan nilai sosial.

Pengawasan diri yang terbiasa dengan satu cara yang menggambarkan seseorang dalam situasi sosial disebut *self-monitoring* (Myers, 2012). Snyder dan Gangestad (1986) menjelaskan bahwa *self-monitoring* merupakan konsep yang berhubungan dengan manajemen kesan (*impression management*) atau konsep pengaturan diri. Lebih lanjut Snyder dan Gangestad (2000) menyatakan bahwa *self-monitoring* terdiri dari 3 aspek, yaitu *Expressive self control* (mengontrol ekspresi diri), *Social Stage Presence* (menarik perhatian sosial), *Other directed self presentation* (menampilkan diri berdasarkan keinginan orang lain).

*Self-monitoring* adalah salah satu karakteristik kepribadian manusia yang dapat dianggap sebagai faktor penentu seorang remaja untuk mampu mengadaptasi perilaku seksualnya secara afektif sesuai dengan situasi lingkungan di Indonesia. *Self-monitoring* adalah bagian dari strategi pengelolaan kesan yang mengontrol tampilan diri, baik secara verbal ataupun non verbal untuk mengatur kesan dari orang lain terhadap diri seseorang dalam hubungan

atau interaksi sosial. Semakin tinggi tingkat *self-monitoring* yang dimiliki remaja maka semakin tinggi tingkat perilaku seksual pranikah dan sebaliknya. Hal ini disebabkan *self-monitoring* yang tinggi dapat membuat individu secara aktif mengontrol perilaku yang ditampilkan agar sesuai dengan situasi sosial dan memperoleh reaksi positif dari orang lain. Hal ini membuat remaja melakukan perilaku seksual untuk mendapatkan reaksi positif dari pasangan termasuk berperilaku seksual untuk membuktikan cinta pada pasangan. Berdasarkan potret permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana peran *self-monitoring* dengan perilaku seksual pada remaja yang berpacaran.

## **METODE**

Metode yang digunakan pada penelitian ini merupakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Pada penelitian ini variabel bebasnya adalah *self-monitoring* dan variabel terikatnya adalah perilaku seksual. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Bukittinggi. Teknik sampel yang digunakan untuk penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil remaja SMA berusia 15-20 tahun di Kota Bukittinggi yang pernah pacaran atau sedang berpacaran dan tidak dalam hubungan jarak jauh (LDR) sebagai

sampel penelitian. Metode yang akan yang digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu, perilaku seksual (Y) dengan *self-monitoring* (X) adalah menggunakan metode analisa *Product moment*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Hasil uji linearitas pada penelitian ini memperlihatkan bahwa *linearity* pada *self-monitoring* dan perilaku seksual sebesar  $F=7,903$  yang memiliki  $p<0,05$  ( $p=0,007$ ),

dengan demikian berarti asumsi linear dalam penelitian ini telah terpenuhi. Berdasarkan hasil analisis korelasi yang dilakukan, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,349 dengan nilai  $p = 0,007$  (0,05) menandakan hipotesis diterima. Hasil penelitian memperlihatkan *self-monitoring* pada remaja berada kategori sedang, yaitu sebanyak 29 subjek (49,15%). Kategorisasi skor *self-monitoring* berdasarkan masing-masing aspek secara rinci dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1. Kategorisasi Skor Subjek Berdasarkan Aspek-aspek *Self-Monitoring***

Aspek	Skor	Kategori	Subjek	
			F	Persentase
Kesediaan untuk menjadi pusat	$X < 2,67$	Rendah	10	16,94%
	$2,67 \leq X < 5,33$	Sedang	27	45,76%
	$5,33 \leq X$	Tinggi	22	37,28%
<b>Total</b>			<b>59</b>	<b>100%</b>
Sensitivitas terhadap reaksi orang lain	$X < 2,67$	Rendah	1	1,69%
	$2,67 \leq X < 5,33$	Sedang	51	86,44%
	$5,33 \leq X$	Tinggi	7	11,86%
<b>Total</b>			<b>59</b>	<b>100%</b>
Kemampuan dan kesediaan untuk menyesuaikan perilaku guna meraih reaksi positif dari orang lain	$X < 3$	Rendah	2	3,38%
	$3 \leq X < 6$	Sedang	15	25,42%
	$6 \leq X$	Tinggi	42	71,18%
<b>Total</b>			<b>59</b>	<b>100%</b>

Perilaku seksual pada remaja yang berada di kategori rendah, yaitu sebanyak 39 subjek (66,10%), dimana terdapat 16 subjek berjenis kelamin wanita dan 23 subjek berjenis kelamin pria. Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa subjek berjenis kelamin wanita melakukan tindakan perilaku seksual lebih rendah dibanding

subjek berjenis kelamin pria. Untuk lebih rincinya akan dijelaskan mengenai pengkategorian skor perilaku seksual dari masing-masing aspek secara rinci berdasarkan bentuk-bentuk yang telah ditetapkan sebelumnya ke dalam beberapa kelas interval, yaitu kategori tinggi, kategori

sedang, dan kategori rendah dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2. Kategorisasi Skor Subjek Berdasarkan Bentuk-Bentuk Perilaku Seksual**

Aspek	Skor	Kategori	Subjek	
			F	Presentase
Perasaan tertarik	$10,67 \leq X$	Tinggi	23	38,98%
	$5,33 \leq X < 10,67$	Sedang	29	49,15%
	$X < 5,33$	Rendah	7	11,86%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Berkencan	$8 \leq X$	Tinggi	9	15,25%
	$4 \leq X < 8$	Sedang	31	52,54%
	$X < 4$	Rendah	19	32,20%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Berpegangan	$10,67 \leq X$	Tinggi	3	5,08%
	$5,33 \leq X < 10,67$	Sedang	19	32,20%
	$X < 5,33$	Rendah	37	62,71%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Berpelukan	$10 \leq X$	Tinggi	7	11,86%
	$5 \leq X < 10$	Sedang	21	35,59%
	$X < 5$	Rendah	31	52,54%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Berciuman	$16,66 \leq X$	Tinggi	8	13,55%
	$8,34 \leq X < 16,66$	Sedang	16	27,11%
	$X < 8,34$	Rendah	35	59,32%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Bercumbu	$20 \leq X$	Tinggi	6	10,16%
	$10 \leq X < 20$	Sedang	10	16,94%
	$X < 10$	Rendah	43	72,88%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Oral Seks	$8 \leq X$	Tinggi	3	5,08%
	$4 \leq X < 8$	Sedang	8	13,55%
	$X < 4$	Rendah	48	81,35%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	
Bersenggama	$8 \leq X$	Tinggi	7	11,86%
	$4 \leq X < 8$	Sedang	3	5,08%
	$X < 4$	Rendah	49	83,05%
<b>Total</b>			<b>100%</b>	

Uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas sebagai prasyarat uji hipotesis. Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil uji normalitas sebaran variabel *self-*

*monitoring* diperoleh nilai K-SZ 1,072 dan  $p > 0,05$  ( $p=0,201$ ) dan variabel perilaku seksual diperoleh nilai K-SZ 0,844 dan  $p > 0,05$  ( $p=0,475$ ). Berdasarkan nilai yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa

data penelitian kedua variabel berdistribusi normal.

## **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan positif antara *self-monitoring* dengan perilaku seksual pada remaja di Kota Bukittinggi. Hasil korelasi, menunjukkan yang artinya, semakin tinggi *self-monitoring*, maka semakin tinggi pula perilaku seksual, dan semakin rendah *self-monitoring*, maka semakin rendah pula perilaku seksualnya. Hal ini didukung dengan apa yang dikatakan oleh Snyder dan Gesteard (2000) bahwa orang yang memiliki *self-monitoring* tinggi, fokus mereka lebih mengarah kepada penampilan. Jadi mereka tidak mementingkan keintiman dalam berhubungan seperti hal yang berbau romantis. Sedangkan mereka yang cenderung memiliki *self-monitoring* rendah, malah tampak bersedia atau terlibat dalam hubungan yang romantis dengan pasangan dibanding pribadi yang memiliki *self-monitoring* tinggi. Mereka yang memiliki *self-monitoring* rendah lebih mementingkan persahabatan dengan saling menjaga nilai kebersamaan dan juga hubungan yang romantis, mereka lebih mementingkan keintiman dan komitmen daripada berhubungan seksual sedangkan pribadi yang memiliki *self-monitoring* tinggi malah tampak bersedia terlibat dalam penipuan

kalau masalah kegiatan romantis dengan pasangan.

Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan di daerah Surabaya dengan judul “*Self-Monitoring* Dan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Akhir Yang Berpacaran” yang mengatakan bahwa hipotesis ditolak yang artinya tidak ada hubungan antara *self-monitoring* dengan perilaku seksual. Ini menandakan bahwa penyebaran informasi, modernisasi, juga latar belakang budaya ikut mempengaruhi hasil (Sarwono, 2004). Terbukti dalam hasil penelitian yang dilakukan peneliti di daerah baru yaitu di Sumatera Barat mengatakan hipotesis diterima sedangkan di daerah Surabaya yang dilakukan Margaretha (2011) hipotesisnya ditolak. Seperti yang dikemukakan oleh Sarwono (2004) bahwa penyebaran informasi dan rangsangan seksual yang semakin meningkat karena media massa yang semakin canggih seperti internet, video, majalah, dan lain sebagainya. Remaja yang sedang ingin tahu dan ingin mencoba akan meniru apa yang dilihat atau didengarnya di media massa. Pengaruh modernisasi juga ikut mempengaruhi dimana semakin canggihnya perkembangan teknologi maka akses untuk meniru sesuatu diluar negeri dengan mudahnya ditiru juga di dalam negeri, buktinya semakin pesatnya pembangunan tempat-tempat hiburan seperti diskotik,

tempat karaoke dapat memberikan tempat bagi remaja untuk berpacaran tanpa pengawasan orang tua. Latar belakang budaya juga ikut mempengaruhi perilaku seksual remaja dalam berpacaran. Kita tahu bahwa setiap daerah memiliki budaya masing-masing, namun pengaruh media sosial dan modernisasi saat ini mengakibatkan kebanyakan remaja meniru gaya berpacaran budaya barat yang lebih terbuka terhadap masalah seksual.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai hubungan *self-monitoring* dengan perilaku seksual pada remaja, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian yang disimpulkan bahwa tingkat perilaku seksual remaja di kota Bukit Tinggi berada pada kategori yang rendah dengan pasangannya.
2. Berdasarkan hasil penelitian yang disimpulkan bahwa tingkat *self-monitoring* pada remaja di kota Bukittinggi berada pada kategori yang sedang.
3. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan positif antara *self-*

*monitoring* dengan perilaku seksual pada remaja di kota Bukittinggi.

### Saran

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian yang telah dilakukan, berikut ini disampaikan beberapa saran yang dapat menjadi lahan pertimbangan bagi pihak terkait:

1. Bagi remaja, diharapkan untuk dapat menjaga diri agar tidak terjerumus pada tindakan perilaku seksual seperti dari perasaan tertarik hingga ke tahap bersenggama.
2. Bagi orang tua, para orang tua diharapkan untuk waspada terhadap perkembangan seksualitas anaknya karena meskipun telah ditanamkan norma tidak boleh berhubungan seksual pranikah oleh orang tua.
3. Bagi pihak sekolah, dengan adanya penelitian ini, diharapkan kepada kepala sekolah untuk bekerja sama dengan orang tua dan guru BK agar bisa memberikan pengarahan kepada remaja dalam rangka menurunkan tingkat perilaku seksual pranikah yang dilakukan remaja.
4. Bagi peneliti lain, dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menjadi acuan dan melanjutkan penelitian ini dengan menggunakan teknik sampling yang berbeda, sehingga dapat memastikan bahwa

subjek tidak *faking good* dalam pengisian angket.

## DAFTAR RUJUKAN

- Darmayanti, Lestari, Y., & Ramadani, M. (2011). Peran teman sebaya terhadap perilaku seksual pra nikah siswa SLTA kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1).
- Fajri, N. (2016). *Hubungan self-system dengan tindakan seksual beresiko pada remaja di Provinsi Sumatera Barat*. Retrieved from July, 2017. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Andalas
- Handayani, E., Hastuti, T. P., & Rini, Z. H. S. (2014). Hubungan tingkat pengetahuan seks pranikah dengan sikap remaja tentang perilaku seks pranikah pada siswi kelas x smk abdi negara muntilan. *Jurnal kebidanan*, 3 (7)
- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi perkembangan* (5th ed). Jakarta : Erlangga
- Margaretha. (2011). *Pemantauan diri dan perilaku seksual pranikah pada remaja akhir yang berpacaran*. Retrieved from July, 2017. Fakultas Psikologi Ubaya. Universitas Surabaya.
- Mulyani, R,R;.(2009). *Hubungan Persepsi terhadap Pendidikan Seks dalam Keluarga dengan Perilaku seksual Remaja*. Retrieved from July, 2017. Universitas Negeri Padang.
- Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nursal, D. G. A. (2008). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual murid SMU negeri di kota Padang tahun 2007. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence. perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga
- Snyder, M., & Gangestad, S. (2000). Self-monitoring: appraisal and reappraisal. *Journal of psychological Bulletin*. 126 (4)
- Sarwono, S. W. (2004). *Psikologi remaja*. Jakarta: Grafindo Persada.

Widia, F. (2014). *Hubungan antara religiusitas dan perilaku seksual dalam berpacaran pada siswa Madrasah Aliyah*. Retrieved from July, 2017. Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang.