

EFIKASI DIRI DAN PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH REMAJA SMA

Winarni

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta

bunda.aya06@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang Masa remaja sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa, pada masa ini terjadi perubahan fisik, mental, dan psikososial secara cepat, berdampak pada berbagai aspek kehidupan remaja, salah satunya, perilaku seks pranikah. Faktor personal salah satunya, efikasi diri berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja. **Tujuan** untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dengan perilaku seksual pranikah pada remaja SMA di Kota Surakarta. **Metode** Jenis penelitian ini adalah observasional analitik. Populasi penelitian ini adalah remaja SMA di Kota Surakarta. Teknik sampling menggunakan proporsional random sampling. Sampel yang diambil sebanyak 103 responden. Analisis data menggunakan uji t untuk bivariat. **Hasil** ada pengaruh efikasi diri dengan perilaku seksual pranikah dimana ($b_2 = -0,200$; CI 95%; $-0,368$ hingga $-0,032$; $p = 0,020$). **Simpulan** efikasi diri berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah dimana semakin tinggi efikasi siswa maka semakin mengurangi perilaku seksual pranikah.

Kata Kunci: efikasi diri, Perilaku seksual, Remaja

ABSTRACT

Background adolescence as the period of transition from childhood to adulthood and this change occurred during the physical, mental, and psychosocial is the impact on the various aspects of the lives of teenagers, one of them. premarital sex behaviors. Personal factors one of them self efficacy, effect on premarital sexual behavior in teens. **Objective** to know the influence of self-efficacy with premarital sexual behavior in teens in High School in the city of Surakarta. **Method** This research use of analytic observational. The population of this research was a teenager in High School in the city of Surakarta. The sampling technique using proportional random sampling. Samples taken as many as 103 respondents. Data analysis using the t test for bivariat. **The results** there self efficacy influence with premarital sexual behavior where ($b_2 = -0.200$; CI 95%; $-up to 0.368-0.032$; $p = 0,020$). **Summary** of self efficacy effect on premarital sexual behavior where the higher efficacy of the students then increasingly reduce premarital sexual behavior.

Keywords: self-efficacy, sexual behavior, adolescence

A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, pada masa ini terjadi perubahan fisik, mental, dan psikososial. Perkembangan emosi ditandai dengan sifat emosional yang meledak-ledak dan sulit dikendalikan. Keadaan tersebut terjadi karena konflik peran yang sedang dialami remaja. Apabila seorang remaja tidak berhasil mengatasi situasi ini, maka remaja akan terperangkap masuk dalam perilaku negatif, diantaranya penyalahgunaan narkoba dan perilaku seks bebas (Zulhaini dan Nasution, 2011: 44).

Perilaku seks di kalangan remaja saat ini sangat mengkhawatirkan, sehingga berdampak pada persoalan KTD, aborsi dan kejadian HIV dan AIDS semakin tahun semakin meningkat. Hal ini dipengaruhi juga adanya pergeseran sikap yang lebih permisif padahubungan seksual. Faktor penyebab lain adalah terbukanya informasi seputar seks yang bebas beredar di masyarakat. Remaja selalu ingin berusaha mencari lebih banyak lagi informasi mengenai seks, oleh karena itu remaja mencari berbagai sumber informasi yang dapat diperoleh melalui media-media seperti televisi, koran, radio dan internet, boleh

jadi mendorong remaja melakukan hubungan seks pranikah (Suwarni, 2009: 128; Sari, 2008: 2).

Hasil survei KPAI menunjukkan bahwa 93,7% siswa SMP dan SMA pernah melakukan ciuman, 21,2% remaja SMP mengaku pernah aborsi, dan 97% remaja SMP dan SMA pernah menonton film porno (Yulianto, 2010: 46). Di Kota Surakarta remaja SMU sebagian besar pernah melakukan ciuman bibir 10,53%, melakukan ciuman dalam 5,6%, melakukan onani atau masturbasi 4,23%, dan melakukan hubungan seksual sebanyak 3,09% (Darmasih *et al*, 2011: 111).

Penyebab remaja terjerumus pada seks bebas salah satunya kepribadian yang lemah. Efikasi diri menjadi satu penentu perubahan perilaku manusia. Remaja yang mendekati tuntutan dewasa, mereka harus belajar untuk memikul tanggung jawab terhadap diri mereka sendiri dalam setiap dimensi kehidupan. Remaja dapat memperkuat rasa *efficacy* dengan belajar bagaimana bisa sukses dalam menghadapi berbagai masalah (Hidayat, 2013: 81; Alwisol, 2004: 58)

Efikasi diri merupakan keyakinan tentang kemampuan untuk melakukan suatu tindakan yang diharapkan, efikasi diri juga yang melatar

belakangi seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau mengontrol kondisi tertentu (Julike dan Endang, 2012: 140). Efikasi diri mempengaruhi mekanisme perilaku manusia, apabila seseorang yakin mempunyai kemampuan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan maka individu akan berusaha untuk mencapainya. Efikasi diri penting dimiliki oleh remaja agar mampu terus menghadapi segala perubahan yang terjadi. Karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi stressor atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya (Bandura dan Locke, 2003:88).

Karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang rendah adalah individu yang

merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, aspirasi yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin di capai, dalam situasi sulit cenderung akan memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut, serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan mampu setelah mengalami kegagalan (Bandura dan Locke, 2003:88). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dengan perilaku seksual pranikah pada remaja SMA di Kota Surakarta.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik yang bertujuan untuk mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel, dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Populasi yang menggunakan semua siswa dan siswi dari tiga SMA berbeda di Wilayah Kodya Surakarta, duduk di kelas XI berjumlah 810 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah *proporsional random sampling*, didapat 103 responden. Untuk memperoleh sampel di atas, dilakukan secara acak sederhana yaitu dengan mengundi

anggota populasi atau teknik undian. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang diteliti yaitu: efikasi diri (Variabel bebas) dan Perilaku sek pranikah remaja SMA (Variabel terikat)

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner, dengan pertanyaan tertutup (*closed ended*) dan bentuk pertanyaan *Dichotomous choice*.

Data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas satu jenis yaitu: Data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner. Sebelum mengisi kuesioner, responden diberi penjelasan tentang cara mengisi kuesioner dan selanjutnya memberikan *informed consent* yang diikuti penyerahan kuesioner. Tehnik pengolahan data meliputi editing, coding dan tabulating. Analisis Data menggunakan Analisis *univariat* mendeskripsikan variabel bebas efikasi diri dan Variabel terikat perilaku seksual pranikah. Analisis *bivariat* menggunakan *uji t*, analisis ini digunakan untuk membuktikan signifikansi pengaruh variabel bebas (efikasi diri) terhadap variabel terikat (perilaku seksual pranikah) secara parsial. Kriteria pengujian yaitu : H_0 diterima bila $p\ value \geq 0,05$; H_0 ditolak bila $p\ value < 0,05$ (Sugiyono, 2010:179).

C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Diskripsi data:

1. Deskripsi Data Variabel Efikasi Diri

Data statistik deskriptif variabel efikasi diri dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1 Deskriptif Efikasi Diri

Mean	Median	Modus	St dev	Min	Max
66,00	66,00	63,00	3,47	32,00	40,00

Tabel 1. Menunjukkan penyebaran data pada vareabel Efikasi Diri sebesar 3,47 artinya penyebaran data sekitar nilai rata-rata 66,00 dimana nilai efikasi diri yg sering muncul pada penelitian ini adalah 63,00. Efikasi diri merupakan keyakinan tentang kemampuan untuk melakukan suatu tindakan yang diharapkan, efikasi diri juga melatar belakangi seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau mengontrol kondisi tertentu (Julike dan Endang, 2012 : 140). Efikasi diri mempengaruhi mekanisme perilaku manusia, apabila seseorang yakin mempunyai kemampuan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan maka individu akan berusaha untuk

mencapainya. Efikasi diri penting dimiliki oleh remaja agar mampu terus menghadapi segala perubahan yang terjadi. Apabila memiliki efikasi diri yang tinggi, maka remaja juga memiliki keyakinan kuat untuk selalu dapat menghadapi segala perubahan serta tanggung jawab yang

mereka miliki dalam menghadapi masa-masa perkembangan dalam kehidupannya.

2. Deskripsi Perilaku Seksual Pra Nikah Remaja

Data statistik deskriptif perilaku seksual pra nikah remaja dapat dilihat pada tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2 Statistik Deskriptif Perilaku Seksual

JK	Berpelukan		Berciuman		Meraba		Petting		Oral Seks		Intercourse	
	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tdk	Ya	Tidak
P	23	42	32	23	18	47	1	64	0	65	0	65
L	16	21	29	9	22	16	4	34	2	36	2	36

Perilaku seks pranikah merupakan tingkah laku yang berhubungan dengan dorongan seksual dengan lawan jenis maupun sesama jenis yang dilakukan sebelum adanya pernikahan (Kustanti, 2013 : 337). Perilaku seks di kalangan remaja saat ini sangat mengkhawatirkan, terbukti dari hasil penelitian pada Tabel 2. menunjukkan remaja SMA telah melakukan petting 5 responden (4,85%), oral sek 2 responden (1,94%), intercourse 2 reponden (1,29%) dari 103.

Faktor yang menyebabkan perilaku seks pranikah pada remaja antara lain kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang sudah mulai berkembang

kematangan seksual secara lengkap, adanya penyebaran media informasi dan rangsangan seksual melalui media massa. Remaja cenderung ingin tahu dan ingin mencoba serta ingin meniru apa yang dilihat dan didengarnya. Ketidaktahuan orang tua maupun sikap yang masih menabukan pembicaraan seks dengan anak bahkan cenderung membuat jarak dengan anak mengakibatkan pengetahuan remaja tentang seksualitas sangat kurang, hal ini membuat mereka melakukan perilaku seksual secara bebas tanpa mengetahui resiko-resiko yang terjadi. Perilaku sek pada remaja tersebut bisa berdampak pada persoalan KTD, aborsi

dan kejadian HIV /AIDS semakin tahun semakin meningkat. Hal ini dipengaruhi juga adanya pergeseran sikap yang lebih permisif pada hubungan seksual (Sarwono, 2011 : 188-205; Suwarni, 2009:128; Sari, 2008:2).

Analisis Bivariat

Pengaruh efikasi diri terhadap perilaku seks pranikah.

Tabel 3 Pengaruh Efikasi Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah

Variabel	b	t	CI 95%		p
			Batas bawah	Batas atas	
Efikasi Diri	-0,26	-3,06	-0,43	-0,92	0,003
N observasi	103				
R Square	85,0%				
Adjusted R Square	76,0%				

Tabel 3. menunjukkan ada hubungan negatif dan secara statistik signifikan antara efikasi diri dengan perilaku seks pra nikah ($t_{hitung} -3,06$; CI 95% -0,43 hingga -0,92; $p = 0,000$), maka H_0 ditolak, berarti ada pengaruh efikasi diri terhadap perilaku seks pranikah pada siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh efikasi diri dengan perilaku seksual pranikah diperoleh *p value* $0,020 < 0,05$. Berarti bahwa semakin tinggi

efikasi diri siswa maka semakin mengurangi perilaku seksual pranikah.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Abousselam (2005), hasil penelitian menunjukkan bahwa perspektif masa depan dan efikasi diri berubungan negatif dengan perilaku seksual berisiko. Jimoh dan Grace (2013) juga menyatakan bahwa ada hubungan signifikansi antara pengendalian emosional, efikasi diri, dan peran orangtua pada remaja dalam pengaturan perilaku baik secara bersama-sama maupun antar variabel.

Efikasi diri mempengaruhi mekanisme perilaku manusia, apabila seseorang yakin mempunyai kemampuan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan maka individu akan berusaha mencapainya, tetapi bila individu tidak mempunyai keyakinan untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan maka ia tidak akan berusaha untuk mewujudkannya. Efikasi diri penting dimiliki oleh remaja agar mampu menghadapi segala perubahan yang terjadi, dengan memiliki efikasi diri yang tinggi, maka remaja memiliki keyakinan yang kuat untuk selalu dapat menghadapi segala perubahan serta tanggung jawab yang dimiliki dalam menghadapi masa-masa perkembangan dalam kehidupannya (Abousselam, 2005).

Hal ini sesuai dengan pernyataan dari Bandura dan Locke (2003) yang menyatakan bahwa karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, sedangkan individu yang memiliki efikasi diri yang rendah adalah individu yang merasa tidak berdaya, cepat sedih, apatis, cemas, menjauhkan diri dari tugas-tugas yang sulit, cepat menyerah saat menghadapi rintangan, aspirasi yang rendah dan komitmen yang lemah terhadap tujuan yang ingin di capai, dalam situasi sulit cenderung akan memikirkan kekurangan mereka, beratnya tugas tersebut, dan konsekuensi dari kegagalannya, serta lambat untuk memulihkan kembali perasaan mampu setelah mengalami kegagalan.

Hal ini sesuai dengan pendapat Julike dan Endang (2012) yang menyatakan bahwa efikasi diri ialah keyakinan tentang kemampuan

untuk melakukan suatu tindakan yang diharapkan, efikasi diri juga yang melatar belakangi seseorang untuk melakukan suatu tindakan atau mengontrol kondisi tertentu dalam hal ini adalah mengontrol perilaku seks pranikah.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa: Ada pengaruh efikasi diri dengan perilaku seksual pranikah ($b_2 = -0,200$; CI 95%; $-0,368$ hingga $-0,032$; $p = 0,020$). Hasil koefisien regresi efikasi diri bernilai negatif yang berarti bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa maka semakin mengurangi perilaku seksual pranikah.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut: Bagi Institusi Pendidikan, Hendaknya mengaktifkan peran bimbingan dan konseling di sekolah dalam memberikan penanganan kepada seluruh siswa dengan bekerjasama dengan pihak terkait misalnya dengan Dinas Kesehatan maupun dari pihak Kepolisian untuk mengkampanyekan bahaya seks bebas kepada siswa melalui pemberian pendidikan

kesehatan. Orang tua hendaknya lebih memberikan perhatian kepada anak yang menginjak remaja, mengingat era globalisasi saat ini memberikan efek negatif bagi remaja, maka orang tua perlu untuk memberikan waktu luang kepada anaknya

DAFTAR PUSTAKA

- Aboussalam, NM. 2005. *The Moderator Effect Of Future Time Perspective In The Relationship Between Self-Efficacy And Risky Sexual Behaviour*. Magister Artium (Counselling Psychology). Faculty of Humanities Department of Psychology at the University of the Free State Bloemfontein.
- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang.
- Bandura, A and Locke, EA. 2003. Negative Self-Efficacy and Goal Effects Revisited. *Journal of Applied Psychology*. Vol 88 No. 1, pp : 87-99.
- Darmasih, R., Setiyadi, NA., Gama, T.A. 2011. Kajian Perilaku Sex Pranikah Remaja SMA di Surakarta. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 4, No. 2 : pp 111-119.
- Jimoh, AM dan Grace, OO. 2013. Effects of Emotional Knowledge, Self-Efficacy and Parental Involvement on Goal Setting Behaviour among Adolescents in Ibadan Area of Oyo State. *European Journal of Business and Management*. Vol. 5, No. 6, pp: 95-103.
- Julike, FP dan Endang, S. 2012. Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Perilaku Mencari Pengobatan pada Penderita Kanker Payudara di RSUD. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. Vol. 1 No. 02, pp : 138-144.
- Hidayat, K. 2013. Pengaruh Harga Diri dan Penalaran Moral Terhadap Perilaku Seksual Remaja Berpacaran di SMK Negeri 5 Samarinda. *eJournal Psikologi*, Vol 1 No. 1, pp : 80 – 87.
- Kustanti, ER. 2013. Intensi Melakukan Seks Pranikah Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Efektivitas Komunikasi Interpersonal Orangtua-Anak. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Sari, CP. 2012. Harga Diri Pada Remaja Putri Yang Telah Melakukan Hubungan Seks Pranikah. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*, pp : 1-14

Sarwono, SW. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. Saryono.

Sugiyono. 2010. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta

Suwarni, L. 2009. Monitoring Parental dan Perilaku Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Remaja SMA Di Kota Pontianak. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. Vol. 4 No. 2 : pp 127-133

Yulianto. 2010. Gambaran Sikap Siswa Smp Terhadap Perilaku Seksual Pranikah (Penelitian Dilakukan di SMPN 159 Jakarta). *Jurnal Psikologi*. Vol 8 No 2. pp : 46-58

Zulhaini dan Nasution, M. 2011. Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seks Pranikah Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 6 Binjai. *Intelektual* Vol.6 No.1, pp : 43-51