

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Periode remaja ialah periode ketika seorang individu akan cenderung untuk meningkatkan pemahaman dirinya, mengeksplor identitasnya, memahami sifat-sifat dirinya serta mulai menentukan arah tujuan hidupnya.<sup>1</sup> Dalam menentukan tujuan hidupnya, para remaja akan diarahkan untuk menjejali jenjang-jenjang pendidikan yang akan membantu mereka dalam proses penentuan hingga pencapaian tujuan hidupnya. Salah satu jenjang pendidikan tersebut adalah jenjang perkuliahan dimana para remaja mendapat julukan mahasiswa.

Mahasiswa ialah sebutan untuk seseorang yang sedang menjalani pendidikan di Perguruan Tinggi, baik Perguruan Tinggi Umum ataupun Perguruan Tinggi Islam. Pada umumnya, usia 18-25 tahun ialah kisaran usia mahasiswa dan termasuk dalam usia *adolescence* atau remaja. Secara umum, di usia tersebut hormon-hormon seksual remaja telah mencapai kematangan. Namun tidak jarang pada masa ini, masih sangat rentan untuk remaja dihadapkan dengan permasalahan-permasalahan yang mengarah pada perilaku seksual berisiko yang tidak sesuai dengan aturan norma.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Khoirul Bariyyah Hidayati dan M Farid, "Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja," *Jurnal Psikologi Indonesia* Vol. 5, No. 2 (Mei 2016), 137-138.

<sup>2</sup> Lenny Irmawaty, "Perilaku Seksual Pranikah Pada Mahasiswa," *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol. 9, No. 1 (Juli 2013), 45.

Pada masa sekarang ini, remaja Indonesia sedang menghadapi yang namanya perubahan sosial. Dimana hal tersebut turut mengubah nilai-nilai, norma-norma serta gaya hidup mereka sebagai remaja dan perkembangan media sosial mengambil peran yang cukup besar dalam perubahan tersebut.<sup>3</sup> Hal tersebut ialah salah satu faktor semakin melonjaknya perilaku seksual pranikah di lingkungan remaja khususnya mahasiswa. Berbagai bentuk perilaku seksual pun didapati seperti perasaan tertarik, berkencan, bercumbu, ataupun bersenggama.<sup>4</sup> Hal tersebut dibuktikan oleh penelitian-penelitian yang dilakukan dari tahun ke tahun oleh lembaga-lembaga terkait, baik secara internasional maupun secara nasional.

WHO (*World Health Organization*) mengungkapkan bahwa perilaku seksual remaja menjadi perhatian setelah semakin bertambahnya tingkat perilaku seksual remaja secara global akhir-akhir ini. Perilaku seksual adalah perilaku yang wajar dalam perkembangan manusia. Namun, perilaku seksual juga dapat menjadi hal negatif jika berkaitan dengan perilaku seksual di usia yang terlalu muda atau dilakukan tanpa memperhatikan apa saja risiko-risikonya, seperti kehamilan yang tidak diinginkan atau gangguan infeksi kelamin.<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Lutfia Uli Na'mah, "Seks Pranikah Remaja (Penyebab, Perilaku, Dan Dampak) Studi Kasus Kelompok Mahasiswa Dan Remaja SMA) Di Kabupaten Kebumen," *Tesis* (Surakarta: Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret, 2014), 1.

<sup>4</sup> Diyah Ayu Alfiani, "Perilaku Seksual Remaja Dan Faktor Determinannya Di SMA Se-Kota Semarang," *Skripsi* (Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2013), 13.

<sup>5</sup> S. Girma dan D. Paton, "Is Education the Best Contraception: The Case of Teenage Pregnancy in England?," *Social Science & Medicine*, Vol. 131 (April 2015), 1-2.

Pada tahun 2011, DKT (Drammen Kommunale Trikk) Indonesia melakukan survei perilaku seks dan menemukan hasil bahwa rata-rata remaja yang mayoritasnya berstatus mahasiswa mulai melakukan hubungan seksual pertama kali ketika mereka berusia 19 tahun. Adapun survei tersebut dilakukan terhadap 663 responden pria dan wanita berusia 15-25 tahun yang dilakukan di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi (Jabodetabek), Bandung, Yogyakarta, Surabaya dan Bali. Hasilnya, 69,6% remaja, yaitu sebanyak 462 orang menyatakan telah melakukan hubungan seksual dengan 31% di antaranya berstatus mahasiswa, lalu 18% lainnya adalah pengusaha, kelompok pedagang, karyawan kantor, dan buruh. Dan yang cukup mengkhawatirkan adalah 6% dari responden mengaku telah melakukan hubungan seksual ketika mereka mengenyam pendidikan di SMP atau SMA.<sup>6</sup>

Adapun survei yang dilakukan di tahun 2012 oleh SKRRI (Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia) mengungkapkan tentang perilaku-perilaku remaja dalam berpacaran, antara lain meraba atau memberikan rangsangan kepada pasangannya sebesar 29,5% pada remaja putra dan 6,2% pada remaja putri, 48,1% pada remaja putra dan 29,3% pada remaja putri melakukan ciuman bibir dan berpegangan tangan sebanyak 79,6% pada remaja putra dan 71,6% pada remaja putri. Sebanyak 45,3% remaja putra dan 47,0% remaja putri mengaku berpacaran untuk pertama

---

<sup>6</sup> Siwi Tri Puji B., "Astaghfirullah...Rata-Rata Remaja Yang Pernah Berhubungan Intim Melakukannya Di Usia 19 Tahun" dalam <https://republika.co.id/>, diakses pada 15 Juli 2020.

kali pada kisaran usia 15-17 tahun. Responden yang menyatakan belum pernah berpacaran hanya sebesar 14,8% dari seluruh responden survei dengan rentang usia 10-24 tahun.<sup>7</sup>

Reckitt Benckiser Indonesia pada tahun 2019 melaksanakan penelitian di lima kota besar di Indonesia kepada 500 orang remaja melalui alat kontrasepsi Durex mereka, menemukan sebanyak 33% remaja yang pernah melakukan perilaku seksual *intercourse*. Dengan 58% di antaranya melakukan perilaku tersebut ketika mereka berusia 18-20 tahun dan berstatus belum menikah.<sup>8</sup>

Berdasarkan dari beberapa hasil penelitian di atas, ditemukan bahwa setiap tahunnya terjadi peningkatan persentase pada remaja perihal perilaku seksual pranikah. Persoalan tersebut diikuti pula dengan dampaknya yang mulai mengkhawatirkan. Seperti penyakit kelamin yang berdasarkan pada data tahun 2016 yang dihimpun dari seluruh dunia oleh WHO, dalam rentang usia 15-49 tahun pada laki-laki dan perempuan, diperkirakan terdapat kasus klamidia sebanyak 127 juta kasus, 87 juta kasus gonore, 156 juta trikomoniasis, dan kasus sifilis sebanyak 6,3 juta kasus.<sup>9</sup> Selain itu, BPS (Badan Pusat Statistik) menunjukkan peningkatan persentase perihal pernikahan dini yang terjadi di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak

---

<sup>7</sup> Septiani Wulandari dan Tamsil Muis, "Perilaku Seksual Remaja Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Negeri Surabaya," *Jurnal BK*, Vol. 4, No. 3 (2014), 1-2.

<sup>8</sup> Giovanni Dio Prasasti, "Riset: 33 Persen Remaja Indonesia Lakukan Hubungan Seks Penetrasi Sebelum Nikah" dalam <https://www.liputan6.com/>, diakses pada 1 Juli 2020.

<sup>9</sup> CNN Indonesia, "WHO: 1 Juta Orang Didiagnosis Penyakit Seksual Setiap Hari," diakses dari <https://www.cnnindonesia.com> pada 1 November 2020.

15,66%, dimana pada tahun 2017 sebesar 14,18%.<sup>10</sup> Lalu ada perbuatan aborsi di Indonesia yang menjangkau angka 2,3 juta setiap tahunnya, dengan persentase pelaku remaja sebesar 30%.<sup>11</sup> Dimana ketiganya diiringi dengan dampak-dampak psikologis yang mengganggu.

Ketika seseorang yang belum menikah melakukan suatu perilaku seksual, dalam ajaran Islam perbuatan tersebut termasuk dalam perbuatan keji yang disebut zina. Allah SWT menyampaikan larangan melakukan zina melalui Q.S. Al-Isra/17: 32 yang berbunyi:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجَىٰ ۗ إِنَّهُ كَانَ فُحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا (32)

Artinya: *Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk.*<sup>12</sup>

Diharamkannya zina karena akan mengakibatkan anak keturunan si pelaku zina menjadi rusak garis keturunannya karena hanya akan dinasabkan dengan nama ibunya, bukan nama ayahnya.<sup>13</sup> Oleh karena itu, pada masa remaja sangat diperlukan sebuah sistem dalam diri yang dapat membantu mengarahkan remaja untuk berperilaku sesuai dengan norma, sistem tersebut disebut dengan regulasi diri.

Regulasi diri adalah sesuatu yang dilakukan individu dengan tujuan mengubah respon atau perilaku sebelumnya yang ditunjukkan terhadap

---

<sup>10</sup> Siska Permata Sari, "Pernikahan Dini Di Indonesia Meningkat, BKKBN Ingatkan Kesehatan Reproduksi," dari <https://www.inews.id> diakses pada 2 November 2020.

<sup>11</sup> Kompas.com, "2,3 Juta Kasus Aborsi Per Tahun, 30 Persen Oleh Remaja," dari <https://regional.kompas.com> diakses pada 2 November 2020.

<sup>12</sup> "Surat Al-Isra' Ayat 32" dalam <https://tafsirq.com/>, diakses pada 16 Juli 2020.

<sup>13</sup> Zaki Ismail, "Muhasabah Dan Perilaku Seks Bebas," *Tasamuh: Jurnal Studi Islam* Vol. 9, No. 1 (April 2017), 244.

stimulus tertentu dengan tujuan mencapai suatu respon atau perilaku baru, seperti mengendalikan dorongan perilaku dan mengendalikan emosi serta pikiran.<sup>14</sup> Pada sebuah penelitian tahun 2016 yang berisi tentang hubungan regulasi diri terhadap perilaku seksual remaja mendapatkan hasil bahwa adanya korelasi negatif antara regulasi diri dan perilaku seksual pada remaja, yang memiliki arti bahwa jika tingkat regulasi diri seorang remaja semakin tinggi, maka kecenderungannya melakukan perilaku seksual berisiko akan semakin rendah. Sebaliknya, jika tingkat regulasi seorang remaja semakin rendah, maka kecenderungannya untuk melakukan perilaku seksual yang berisiko akan semakin tinggi. Berdasarkan hal tersebut, remaja perlu untuk meningkatkan regulasi dirinya agar terminimalisirnya perilaku seksual berisiko.<sup>15</sup>

Ajaran Islam memperkenalkan salah satu mekanisme sebagai sistem pengontrol manusia dalam berperilaku yang disebut dengan muhasabah. Muhasabah dapat berarti introspeksi, mawas, atau meneliti diri. Ada pula yang mengartikan sebagai perilaku menghitung-hitung setiap perbuatan dari waktu ke waktu, setiap hari.<sup>16</sup> Dengan menghitung-hitung setiap perbuatan dari waktu ke waktu, hendaknya seseorang akan terhindar dari perbuatan

---

<sup>14</sup> A.A. Istri Mira Pramiya dan Tience Debora Valentina, "Hubungan Regulasi Diri Dengan Status Gizi Pada Remaja Akhir Di Kota Denpasar," *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 1, No. 1 (2013), 45.

<sup>15</sup> Reski Fazrian, "Hubungan Regulasi Diri Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja," *Skripsi* (Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, 2016), 18.

<sup>16</sup> Dinatul Muthoharoh, "Hubungan Antara Muhasabah Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Jurusan Tasawuf Dan Psikoterapi Angkatan Tahun 2012 Fakultas Ushuluddin IAIN Walisongo Semarang Tahun 2014/2015," *Skripsi* (Semarang: Fakultas Ushuluddin UIN Walisongo, 2014), 11.

yang melanggar syari'at dan norma di masyarakat. Terutama untuk para remaja dalam hal perilaku seksual pranikah. Dalam sebuah penelitian yang berjudul muhasabah dan perilaku seks bebas pada mahasiswa tahun 2017, didapati bahwa para remaja yang banyak melakukan perilaku seksual di luar nikah, ternyata jarang atau bahkan tidak pernah melakukan muhasabah.<sup>17</sup>

Menurut hasil yang didapat peneliti melalui studi pendahuluan yang telah dilakukan di Perguruan Tinggi Islam X di Banjarmasin, peneliti mendapati penuturan dari salah seorang mahasiswanya yang menyatakan bahwa ia melakukan perilaku seksual dengan kekasihnya. Ia menuturkan bahwa berpelukan dan berciuman adalah hal yang biasa. Meskipun ia merasa berdosa jika menghitung-hitung perbuatannya tersebut, namun ia tetap melakukan perilaku seksual dalam bentuk berciuman bibir, dengan alasan hal tersebut adalah hal yang manusiawi untuk dilakukan.

Selain itu, ada pernyataan mahasiswa lain yang berbeda fakultas, menyatakan bahwa perilaku seksual yang ia lakukan dengan pacarnya sampai pada perilaku seksual *intercourse* atau berhubungan badan. Ia sering merasa bersalah dan berdosa, hingga ia melakukan sholat taubat dan bertekad untuk tidak melakukannya lagi. Bahkan ia sering meminta pendapat kepada teman-temannya tentang bagaimana caranya ia dapat berhenti melakukan perilaku seksual tersebut. Namun, atas dasar cinta dan takut akan ditinggalkan sang kekasih, ia menepis rasa bersalah tersebut dan

---

<sup>17</sup> Zaki Ismail, "Muhasabah Dan Perilaku Seks Bebas," 247.

membiarkan dirinya kehilangan kontrol atas perilakunya. Sehingga ia kembali melakukan perilaku seksual *intercourse* dengan kekasihnya.

Berdasarkan uraian tersebut, ditemukan bahwa kedua subjek memiliki aspek muhasabah dan regulasi diri. Yang menarik adalah kedua hal tersebut seolah tidak memiliki pengaruh terhadap perilaku seksual yang ada pada diri mereka. Sedangkan disebutkan pada beberapa penelitian sebelumnya, muhasabah dan regulasi diri pada remaja memiliki keterkaitan terhadap perilaku seksualnya. Seseorang yang mengoptimalkan regulasi diri dan melakukan muhasabah cenderung akan merasakan perasaan bersalah ketika ia menemukan bahwa dirinya telah melakukan suatu perbuatan yang tidak baik yang akan membuat individu mampu menghindari segala perilaku seksual pranikah, terlebih lagi untuk mahasiswa yang berasal dari Perguruan Tinggi Islam yang lekat dengan stigma sebagai kelompok terdepan yang menghindari perilaku tersebut jika dibandingkan dengan mahasiswa yang berasal dari Perguruan Tinggi Umum.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual remaja dengan judul “PENGARUH REGULASI DIRI DAN MUHASABAH TERHADAP PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH MAHASISWA”.



## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, ditemukan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat regulasi diri mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?
2. Bagaimana tingkat muhasabah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?
3. Bagaimana tingkat perilaku seksual mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?
4. Bagaimana pengaruh regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?
5. Bagaimana pengaruh muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?
6. Bagaimana pengaruh regulasi diri dan muhasabah secara bersama-sama terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?
7. Apa saja bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin?

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

Berdasarkan pemaparan rumusan masalah, ditemukan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat regulasi diri mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.
2. Untuk mengetahui tingkat muhasabah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.
3. Untuk mengetahui tingkat perilaku seksual mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.
4. Untuk mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.
5. Untuk mengetahui pengaruh muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.
6. Untuk mengetahui pengaruh secara bersama-sama antara regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.
7. Untuk mengetahui bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin.

#### **D. SIGNIFIKANSI PENELITIAN**

Peneliti berharap bahwa penelitian ini mampu memberikan manfaat kepada beberapa aspek, seperti:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi dalam memahami pengaruh regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa, serta menjadi sumber informasi

dan pengetahuan tambahan untuk ilmu pengetahuan, terutama ilmu psikologi.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Mahasiswa

Sebagai sumber pengetahuan untuk mahasiswa mengenai perilaku seksual pranikah yang dapat dipengaruhi oleh regulasi diri dan muhasabah.

### b. Bagi Praktisi Keilmuan Psikologi

Sebagai sumber informasi untuk para praktisi keilmuan psikologi mengenai perilaku seksual pranikah yang dapat dipengaruhi oleh regulasi diri dan muhasabah sehingga mampu melakukan perencanaan program penanganan klien.

### c. Bagi Peneliti

Sebagai bagian dari pengembangan wawasan serta pengalaman berharga peneliti untuk melatih kemampuannya dalam melakukan suatu penelitian terutama yang berkaitan dengan hubungan regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa.

### d. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan mampu berguna terhadap peneliti lain yang ingin melakukan penelitian di bidang psikologi sebagai salah satu sumber literatur, khususnya psikologi Islam yang terkait

dengan pengaruh regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa.

## **E. DEFINISI OPERASIONAL**

### **1. Regulasi Diri**

Pertama kali, istilah regulasi diri dicetuskan dalam teori belajar sosial oleh Albert Bandura, yang berarti kemampuan individu untuk mengendalikan perilakunya sendiri. Carver dan Scheier menjelaskan regulasi diri sebagai proses penyesuaian yang bersifat mengoreksi diri sendiri, dimana hal tersebut diperlukan dengan tujuan menjaga seseorang agar tetap pada jalur menuju tujuannya dan diri sendiri adalah sumber bagi proses penyesuaian tersebut.<sup>18</sup>

Fox & Riconstence menyatakan pada dasarnya regulasi diri ialah proses yang dilakukan ke dalam diri dengan tujuan mengontrol perilaku dan perhatian. Sehingga regulasi diri berperan sebagai pengontrol perilaku yang termasuk dalam salah satu aspek kepribadian manusia.<sup>19</sup>

Dari beberapa pernyataan tersebut, dapat ditarik sebuah pemahaman bahwa regulasi diri adalah suatu aspek dalam diri manusia yang merupakan upaya untuk diri individu mengontrol tindakan dan

---

<sup>18</sup> Arini Dwi Alfiana, "Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Organisasi Kemahasiswaan," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 1, No. 2 (Agustus 2013), 246.

<sup>19</sup> Fitri Agustina, "Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Regulasi Diri Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir UIN Raden Intan Lampung," *Skripsi* (Lampung: Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung, 2019), 43.

perilakunya dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, perilaku aktif dan motivasi.

Pada penelitian ini, skala regulasi diri yang diterapkan peneliti merupakan skala modifikasi dengan menerapkan 7 aspek pembentuk regulasi diri dari Miller dan Brown, yaitu:

- a. *Receiving*
- b. *Evaluating*
- c. *Triggering*
- d. *Searching*
- e. *Formulating*
- f. *Implementing*
- g. *Assessing*<sup>20</sup>

## 2. Muhasabah

Muhasabah secara etimologis berasal dari kata *hasaba-yuhasibu* dengan dasar *hasaba-yahsibu* atau *yahsubu* yang bermakna menghitung. Muhasabah dalam dunia tasawuf diterjemahkan sebagai mawas, meneliti diri, atau introspeksi.<sup>21</sup> Sahabat Rasulullah Saw., Umar bin Khatab berkata:

حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا

---

<sup>20</sup> Reski Fazrian, "Hubungan Regulasi Diri Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja," 3-4.

<sup>21</sup> Jumal Ahmad, "Muhasabah Sebagai Upaya Mencapai Kesehatan Mental," *ResearchGate* (Desember 2018), 1.

Artinya: *koreksilah dirimu sebelum kamu dikoreksi.*<sup>22</sup>

Hal tersebut menekankan bahwa muhasabah mampu menuntun seorang individu kepada pemahaman diri seperti perbuatan negatif, kesalahan atau dosa-dosa yang pernah dilakukannya terhadap orang lain ataupun diri sendiri. Dengan kata lain, muhasabah ialah jalan mengintrospeksi diri lalu merubah perilaku yang dilakukan dengan tujuan mengalahkan dorongan nafsu amarah dalam hati seorang mukmin.

Konsep Muhasabah tertera dalam Q.S. Al-Hasyr/59: 18 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۗ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ (18)

Artinya: *Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat); dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.*<sup>23</sup>

Kutipan pendapat Al-Ghazali dalam buku karangan Abdullah Hadziq berjudul *Rekonsiliasi Psikologi Sufistik dan Humanistik*, menyebutkan bahwa muhasabah ialah upaya i'tisham dan istiqomah. I'tisham ialah suatu ketaatan pada aturan-aturan syariat dengan tujuan

<sup>22</sup> Imam Abu Hamid Al Ghazali, *Ringkasan Ihya' Ulumuddin (Terj. Mukhtasar Ihya' Ulumuddin)*, terj. Achmad Sunarto (Surabaya: Mutiara Ilmu, 2019), 548.

<sup>23</sup> "Surat Al-Hasyr Ayat 18" dalam <https://tafsirq.com/>, diakses pada 3 Juli 2020.

pemeliharaan diri. Sedangkan istiqomah ialah tindakan memperteguh diri untuk menghalau berbagai kecenderungan negatif.<sup>24</sup>

Adapun penerapan konsep muhasabah dalam penelitian ini, yaitu konsep Q.S. Al-Hasyr/59: 18, yang mengartikan muhasabah sebagai suatu perbuatan menghitung-hitung tentang baik atau buruknya suatu perbuatan yang didasari oleh hawa nafsu dengan tujuan menangkal diri dari kecenderungan negatif.

Pada penelitian ini, skala muhasabah yang diterapkan merupakan skala yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan merujuk pada aspek muhasabah teori Abu Hamid Al-Ghazali, yaitu:

- a. Mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa lalu.
- b. Mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa mendatang.<sup>25</sup>

### 3. Perilaku Seksual

Sarwono menjelaskan perilaku seksual sebagai semua perilaku yang didasari oleh dorongan seksual terhadap lawan jenis ataupun

---

<sup>24</sup> Atika Arum Sulistiyani, "Korelasi Kegiatan Muhasabah Terhadap Pembentukan Moral Siswa Di MAN 2 Madiun," *Skripsi* (Surabaya: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Ampel, 2017), 15.

<sup>25</sup> Ainul Mardziah Binti Zulkifli, "Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali," *Skripsi* (Banda Aceh: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry, 2018), 81-82.

sesama jenis. Dengan bentuk-bentuk seperti perasaan tertarik, berkencan, bercumbu, ataupun bersenggama.<sup>26</sup>

Sedangkan menurut Kartono, perilaku seksual atau *sexual behavior* adalah suatu perilaku yang berhubungan dengan fungsi-fungsi reproduktif atau perilaku pemberian rangsangan sensasi pada reseptor-reseptor yang ada di anggota-anggota reproduktif atau yang ada disekitarnya atau pada daerah-daerah erogen.<sup>27</sup>

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa perilaku seksual ialah perilaku yang timbul akibat dorongan seksual yang mendorong keinginan untuk melakukan suatu perilaku dengan tujuan mendapatkan kesenangan organ seksual melalui pemberian rangsangan, baik dilakukan sendiri ataupun dengan pasangan.

Adapun skala perilaku seksual dalam penelitian ini yang diterapkan ialah skala Likert yang disusun oleh Reski Fazrian (2016) berdasarkan pada aspek-aspek perilaku seksual dalam teori Sarwono, yaitu:

- a. *Kissing*
- b. *Necking*
- c. *Petting*

---

<sup>26</sup> Diah Ayu Alfiani, "Perilaku Seksual Remaja Dan Faktor Determinannya Di SMA Se-Kota Semarang," *Skripsi* (Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, 2013), 13.

<sup>27</sup> Dwi Retno April Lia, "Perilaku Seksual Pada Remaja Perempuan Dengan Down Syndrome," *Skripsi* (Purwokerto: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 2017), 10.



d. *Intercourse*<sup>28</sup>

## F. PENELITIAN TERDAHULU

Adapun beberapa penelitian terdahulu tentang regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual tersebut, yaitu:

1. Skripsi yang berjudul “Muhasabah dan Seks Bebas (Hubungan Antara Kegiatan Muhasabah Dalam Meminimalisir Seks Bebas Pada Mahasiswa Di Kelurahan Plombokan Kecamatan Semarang Utara Kota Semarang)” oleh Fuad Helmi, Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Institut Agama Islam Negeri Walisongo. Dalam penelitian tersebut ditemukan hasil bahwa muhasabah dapat meminimalisir sekurang-kurangnya 50% dari 40 orang subjek, sebanyak 30% subjek masih dalam keraguan untuk tidak melakukan seks bebas dikemudian hari dan sebesar 20% berpandangan untuk tetap melakukan seks bebas di masa mendatang. Hal tersebut adalah bukti positif bahwa remaja akan menjadi sehat dan baik secara moral ataupun spritual ketika mereka melakukan muhasabah secara efektif.
2. Skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Diri Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja” oleh Reski Fazrian, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. Berdasarkan penelitian

---

<sup>28</sup> Muhammad Faizhal Pikalouhatta, “Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Di SMA Negeri 13 Ambon,” *Skripsi* (Makassar: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar, 2017), 32-33.

tersebut, didapatkan hasil bahwa antara regulasi diri dengan perilaku seksual terdapat hubungan yang negatif. Yang bermakna, semakin tinggi regulasi diri remaja, semakin mereka berkeinginan untuk menghindari perilaku seksual berisiko, begitu pula sebaliknya. Nilai korelasi antara regulasi diri dengan perilaku seksual pada remaja sebesar 12,7% ( $r^2 = 0,127$ ), sedangkan 87,3% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

3. Jurnal yang berjudul “Regulasi Diri Dan Perilaku Seksual Pada Remaja Sekolah Menengah : Studi Komparasi Mengenai Regulasi Diri Dan Perilaku Seksual Pada Siswa-siswi Sekolah Menengah Atas X dan Madrasah Aliyah Y Jatinangor” oleh Ruth Panggabean. Dari penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa tidak ditemukan perbedaan regulasi diri pada remaja antara sekolah SMA X dan MA Y, yang ditemukan adalah perbedaan perilaku seksual pada remaja SMA X dan MA Y.
4. Skripsi yang berjudul “Regulasi Diri Dalam Melakukan Perilaku Seks Pranikah Pada Remaja Awal Di Banjarmasin” oleh Muhammad Alfi Husni, Jurusan Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat. Dari hasil penelitian, didapatkan bahwa regulasi diri seseorang dapat terpengaruh dari dua faktor, yakni internal dan eksternal. Penelitian ini menemukan aspek-aspek yang ada pada subjek penelitian, yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku subjek yang mengarah ke hal negatif. Metakognitif lemah

dalam perencanaan pengorganisasian dan pengukuran diri pada subjek A, N, dan D. Motivasi sendiri mengarah pada perilaku seks pranikah yakni perilaku seks pranikah muncul karena pengaruh pasangan untuk subjek A dan dorongan hasrat yang tak bisa dikontrol untuk subjek N dan D sehingga mudah terpengaruh seks pranikah. Penyebab perilaku seks pranikah utamanya dikarenakan faktor eksternal, yakni dari lemahnya pengawasan orangtua yang kurang, lingkuan pertemanan serta arus teknologi yang tidak dimanfaatkan dengan bijak, yaitu dengan mengakses konten pornografi sehingga menyebabkan terjadinya perilaku seks pranikah, akan tetapi terdapat perbedaan antara A, N dan D di faktor internal. Pada subjek A perilaku yang dilakukan atas dasar bujukan dari pasangannya (pria), sedangkan pada (subjek) sendiri faktor internal yang mendorong perilaku seks pranikah ialah rasa penasaran terhadap perilaku seks pranikah dan hasrat (nafsu) yang tidak bisa dikontrol, akhirnya mereka melakukan seks pranikah.

Berdasarkan pemaparan beberapa penelitian terdahulu yang ditemukan oleh peneliti, diketahui bahwa belum ada penelitian yang menggabungkan pengaruh regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual dalam satu penelitian seperti penelitian ini.

## **G. SISTEMATIKA PENULISAN**

Agar lebih memahami lebih jelas penelitian ini, maka isi penelitian ini akan dibagi ke dalam lima bab, yaitu:

### **BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini berisi latar belakang masalah yang membahas tentang ketertarikan peneliti untuk mengadakan penelitian tentang pengaruh regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin. Peneliti juga membuat tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi istilah, penelitian terdahulu dan sistematika penulisan.

### **BAB II LANDASAN TEORI**

Bab ini berisi tentang landasan teori serta penjelasan secara mendalam tentang regulasi diri, muhasabah dan perilaku seksual. Mulai dari aspek, faktor, penyebab, dan lain-lain.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

Bab ini berisi tentang penjabaran jenis penelitian yang dipilih peneliti, subjek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik analisis data.

### **BAB IV PAPARAN DAN PEMBAHASAN DATA PENELITIAN**

Bab ini berisi laporan hasil penelitian, seperti hasil data yang didapatkan dari angket dan wawancara.

## **BAB V PENUTUP**

Bab ini berisi tentang kesimpulan dari penelitian pengaruh regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual mahasiswa Perguruan Tinggi Islam X Banjarmasin. Serta pada bab ini, juga berisi saran peneliti kepada peneliti-peneliti selanjutnya.