



Pengaruh Regulasi Diri dan Muhasabah Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Mahasiswa

Atiya Hanifa, Akhmad Sagir, Mahdia Fadhila

atiyahanifa@gmail.com

ABSTRACT

Premarital sexual behavior is a negative behavior that many adolescents engaged in without understanding the risks. In some researches, several factors have been found that affect that behavior, some of which are self-regulation and muhasabah. Based on that case, researcher is encouraged to do research on the Influence of Self-Regulation and Muhasabah on Student's Premarital Sexual Behavior. This research applied mixed method with sequential type with explanatory approach. The population of this research is the entire of X University of Banjarmasin generation of 2017-2020 by the number of 9,890. Sampling technique of this research is purposive sampling by using Yamane's formula. There are 101 students for quantitative research and 6 students for qualitative research. The results of this research are: 1) There is no influence between self-regulation on student's premarital sexual behavior with significance value is 0,060 ($p > 0,05$). That result is supported by results of the interview, where individual ignorance, the lack of parenthood and the poor environmental factor of friendship are the cause. 2) There is a influence between muhasabah on student's premarital sexual behavior with significance value of 0,012 $< 0,05$ ($p \text{ value} < 0,05$) which also supported by the results analysis of qualitative research where muhasabah behavior that they done are effected on their premarital sexual behavior. 3) There is a influence between self-regulation and muhasabah on student's premarital sexual behavior with significance value of 0,044 $< 0,05$ ($p \text{ value} < 0,05$) by together provided an affective contribution of 6,2% which is compatible with the results analysis of qualitative research where self-regulation and muhasabah are effecting student's premarital sexual behavior jointly.

Keywords: *Self-Regulation, Muhasabah, Student, Premarital, Sexual Behavior.*

ABSTRAK

Perilaku seksual pranikah merupakan perilaku negatif yang banyak dilakukan remaja tanpa memahami risiko-risikonya. Dalam beberapa penelitian, ditemukan beberapa faktor yang berpengaruh terhadap perilaku tersebut, diantaranya adalah regulasi diri dan muhasabah. Berdasarkan hal tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Regulasi Diri dan Muhasabah Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Mahasiswa. Penelitian ini menerapkan metode penelitian

campuran (mixed method) berjenis sequential dengan pendekatan explanatory. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Universitas X Banjarmasin angkatan 2017-2020 sebanyak 9.890 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling dengan penerapan rumus Yamane. Ada 101 orang responden penelitian kuantitatif dan 6 orang responden penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala likert yang dianalisis dengan regresi linear berganda melalui program komputer Statistical Packages for Social Science (SPSS) Release 23.0 for window dan menggunakan panduan wawancara yang dianalisis dengan pengkodean hasil wawancara. Adapun hasil dari penelitian ini adalah: 1) Tidak terdapat pengaruh antara regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa dengan taraf signifikansi $0,060 > 0,05$ ($p \text{ value} > 0,05$) yang didukung oleh hasil analisis data penelitian kualitatif dimana pengaruh lain yang ditemukan ialah, kurangnya pengetahuan individu, kurangnya usaha menghindari perilaku seksual pranikah, serta, kurangnya peran orang tua dan peran lingkungan yang buruk. 2) Terdapat pengaruh antara muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa dengan taraf signifikansi $0,012 < 0,05$ ($p \text{ value} < 0,05$) yang didukung pula oleh hasil analisis data penelitian kualitatif dimana perilaku muhasabah yang subjek lakukan berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah mereka. 3) Terdapat pengaruh antara regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah dengan taraf signifikansi $0,044 < 0,05$ ($p \text{ value} < 0,05$) dengan secara bersama-sama memberikan sumbangsih sebesar 6,2% yang sejalan dengan hasil analisis data penelitian kualitatif dimana secara bersama-sama regulasi diri dan muhasabah berpengaruh terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa.

Kata kunci: *Regulasi Diri, Muhasabah, Mahasiswa, Pranikah, Perilaku Seksual.*

Pendahuluan

Mahasiswa ialah sebutan untuk seseorang yang sedang menjalani pendidikan di tingkat universitas. Pada umumnya, usia 18-25 tahun ialah kisaran usia mahasiswa dan termasuk dalam usia *adolesent* 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 (Irmawaty, 2013). Perubahan sosial yang terjadi pada masa sekarang, turut mengubah nilai-nilai, norma-

norma serta gaya hidup mereka sebagai remaja dan perkembangan media sosial mengambil peran yang cukup besar dalam perubahan tersebut (Na'mah, 2014) Hal tersebut ialah salah satu faktor semakin melonjaknya perilaku seksual pranikah di lingkungan remaja khususnya mahasiswa.

Sarwono berpendapat bahwa perilaku seksual pranikah ialah segala macam perilaku yang berdasar dari dorongan seksual kepada lawan jenis ataupun sesama jenis yang terjadi sebelum pernikahan atau terjadi dalam hubungan pacaran (Sarwono, 2005). Islam menyebut perilaku seksual pranikah dengan perbuatan zina. Dalam Q.S. Al-Isra/17: 32 yang berbunyi:

وَلَا تَقْرَبُوا الزَّوْجَ إِنَّهُ كَانَ فَحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا (32)

Artinya: *Dan janganlah kamu mendekati zina, sesungguhnya zina itu adalah suatu perbuatan yang keji. Dan suatu jalan yang buruk.*

Pada ayat tersebut, Allah swt mengharamkan para hamba-Nya untuk mendekati perilaku zina. Yang dimaksud ialah melakukan segala perilaku yang berpotensi menggiring pada perbuatan zina, seperti pergaulan bebas antara laki-laki dan perempuan atau membaca bacaan atau menonton tayangan yang menayangkan seksualitas seperti pornografi dan pornoaksi (Tafsir Kemenag, 2020). Dalam wawancara dengan 2 orang mahasiswa Universitas X Banjarmasin didapatkan hasil bahwa dalam berpacaran ada perilaku berpelukan, berciuman bahkan sampai pada perilaku seksual *intercourse* atau berhubungan badan. Hal tersebut menunjukkan bahwa pada mahasiswa didapati perilaku seksual pranikah.

Adapun dalam hal perilaku seksual tersebut 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 stimulus tertentu dengan tujuan mencapai suatu respon atau perilaku baru, seperti mengendalikan dorongan perilaku dan mengendalikan emosi serta pikiran (Pramilya dan Valentina, 2013). 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 (Fazrian, 2016).

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 (Muthoharoh, 2014). Dengan menghitung-hitung setiap perbuatan dari waktu ke waktu, hendaknya seseorang akan terhindar dari perbuatan 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 (Ismail, 2017). Berdasarkan hal tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian tentang regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual remaja dengan judul Regulasi Diri dan Muhasabah Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Mahasiswa.

Metode

Penelitian ini menggunakan mix method (penelitian campuran) jenis *sequential* dengan menerapkan pendekatan *explanatory*, dimana langkah pertama yang dilakukan ialah melakukan penelitian secara kuantitatif yang mencakup pengambilan dan analisis data. Pada langkah kedua dilakukan penelitian secara kualitatif yang juga mencakup pengambilan dan analisis data dengan maksud memperkaya hasil data penelitian kuantitatif yang sebelumnya dilakukan (Sugiyono, 2011). Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengambilan sampel berdasarkan pada pertimbangan tertentu, seperti karakteristik khusus yang menjadi ciri utama populasi yang ditetapkan oleh peneliti disebut dengan *purposive sampling* (Sugiyono, 2011). Kriteria subjek dalam penelitian, yaitu: 1) Mahasiswa angkatan 2017-2020 Universitas X Banjarmasin. 2) Berstatus belum menikah dan pernah atau sedang memiliki kekasih atau pacar. Adapun subjek dalam penelitian ini sebanyak 101 orang mahasiswa untuk penelitian kuantitatif dan 6 orang mahasiswa untuk penelitian kualitatif yang

dipilih berdasarkan tingkat perilaku seksual sedang dan tinggi yang didapat dari hasil penelitian kuantitatif.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menerapkan 2 teknik, yaitu skala Likert pada penelitian kuantitatif dan wawancara pada penelitian kualitatif. Skala Likert dibagi menjadi 3, yaitu skala regulasi diri, skala muhasabah dan skala perilaku seksual. Skala regulasi diri yang digunakan ialah skala yang disusun oleh Fazrian (2016) yang berdasar pada 7 aspek pembentuk regulasi diri Miller dan Brown, yaitu *receiving*, *evaluating*, *triggering*, *searching*, *formulating*, *implementing* dan *assessing* (Sembiring, 2016). Skala muhasabah disusun berdasarkan 2 aspek yang dikemukakan oleh Abu Hamid Al-Ghazali, yaitu mengoreksi diri dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa lalu, serta mengoreksi dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat di masa mendatang (Zulkifli, 2018). Dan untuk skala perilaku seksual yang digunakan ialah skala yang disusun oleh Fazrian (2016) yang berdasar pada 4 aspek perilaku seksual pada teori Sarwono, yaitu *kissing*, *necking*, *petting* dan *intercourse* (Pikalouhatta, 2017). Untuk wawancara pada penelitian kualitatif, daftar pertanyaan disusun berdasarkan pada aspek-aspek yang ada dalam regulasi diri, muhasabaha dan perilaku seksual, sama seperti yang disebutkan pada skala-skala dalam penelitian kuantitatif.

Analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier berganda dengan bantuan program komputer *Statistical Packages for Social Science (SPSS) Release 23.0 for windows* dan pengkodean verbatim hasil wawancara.

H a s i l

Uji Asumsi Dasar

Hasil uji normalitas data variabel regulasi diri, muhasabah dan perilaku seksual pranikah didapatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, dimana hal tersebut menunjukkan bahwa variabel tidak berdistribusi normal. Namun, dikarenakan jumlah subjek yang sudah masuk dalam kategori besar, peneliti pun menggunakan asumsi Central Limit Theorem yang menyatakan jika sampel data lebih dari 30 (> 30) maka distribusi data dianggap normal. Hasil uji linieritas variabel regulasi diri dengan variabel perilaku seksual didapatkan nilai signifikansi sebesar $0,047 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang linier antara variabel regulasi diri dengan variabel perilaku seksual. Hal tersebut memiliki arti bahwa perubahan variabel bebas regulasi diri akan cenderung diikuti oleh perubahan variabel terikat perilaku seksual. Adapun hasil uji linieritas variabel muhasabah dengan variabel perilaku seksual didapatkan nilai signifikansi sebesar $0,009 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang linier antara variabel muhasabah dengan variabel perilaku seksual. Hal tersebut memiliki arti bahwa perubahan variabel bebas muhasabah akan cenderung diikuti oleh perubahan variabel terikat perilaku seksual.

Uji Asumsi Klasik

Hasil uji multikolinieritas variabel regulasi diri dan muhasabah menunjukkan nilai sebesar $VIF = 2,075$. Hal tersebut menunjukkan nilai VIF masih berada diantara 1-10, yang berarti bahwa antara variabel independen atau bebas tidak terjadi kemiripan atau tidak adanya hubungan linear yang sempurna atau mendekati sempurna.

Hasil uji heterokedastisitas didapatkan nilai *R Square* adalah 0,018. Maka, *chi-square* hitung = $n \times R \text{ Square}$. Dimana, $101 \times 0,018 = 1,818$. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa $1,818 < 3,841$, yang berarti tidak adanya heterokedastisitas. Hal tersebut memiliki arti bahwa tidak terdapat kesamaan varian model residual pada semua pengamatan dalam model regresi. Adapun hasil uji korelasi regulasi diri didapatkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0,007 dimana signifikansi (*2-tailed*) $< 0,01$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel bebas regulasi diri (X1) dan variabel terikat perilaku seksual (Y) yang sangat signifikan dengan arah yang negatif berdasarkan pada nilai *correlation coefficient* -0,188 yang berarti semakin tinggi tingkat regulasi diri maka akan semakin rendah tingkat perilaku seksual pranikah mahasiswa. Hal tersebut berarti bahwa hubungan antara regulasi diri dan perilaku seksual adalah signifikan dan berlawanan. Sedangkan hasil uji korelasi muhasabah didapatkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0,006 dimana signifikansi (*2-tailed*) $< 0,01$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel bebas muhasabah (X2) dan variabel terikat perilaku seksual (Y) yang sangat signifikan dengan arah yang negatif berdasarkan pada nilai *correlation coefficient* -0,193 yang berarti semakin tinggi tingkat muhasabah maka akan semakin rendah tingkat perilaku seksual pranikah mahasiswa. Hal tersebut berarti bahwa hubungan antara muhasabah dan perilaku seksual adalah signifikan dan berlawanan.

Uji Hipotesis

Hasil uji regresi liner berganda adalah sebesar 0,044, dimana $0,044 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak

(taraf signifikansi atau $p\ value < 0,05$). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa. Berikut adalah tabel analisis regresi linier berganda:

Tabel 1.
Analisis Regresi Linier Berganda

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,248 ^a	,062	,042	13,640

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa nilai koefisien determinasi ($R\ square$) sebesar 0,062 yang memiliki arti bahwa pengaruh variabel bebas regulasi diri (X1) terhadap variabel terikat perilaku seksual (Y) sebesar 6,2%. Sedangkan 93,8% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain.

Penelitian ini juga melakukan analisis uji regresi linier sederhana dengan tujuan mengetahui pengaruh masing-masing variable bebas terhadap variabel terikat. Hasil yang didapat ialah nilai signifikansi variabel bebas regulasi diri (X1) sebesar 0,060. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, karena $0,060 > 0,05$ (taraf signifikansi $p\ value > 0,05$). Maka, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh dan tidak signifikan antara regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa.

Hasil uji regresi linier sederhana variabel muhasabah mendapatkan nilai signifikansi variabel bebas muhasabah (X2) sebesar 0,012 hal tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, karena $0,012 < 0,05$ (taraf signifikansi $p\ value < 0,05$). Maka, dapat

disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa. Berikut adalah tabel analisis regresi linier berganda muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah:

Tabel 2.
Analisis Regresi Linier Sederhana Muhasabah Terhadap Perilaku Seksual Pranikah

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,248 ^a	,061	,052	13,572

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui nilai koefisien determinasi (*R square*) sebesar 0,061 yang memiliki arti bahwa pengaruh variabel bebas muhasabah (*X*₂) terhadap variabel terikat perilaku seksual (*Y*) sebesar 6,1%.

Peneliti juga membuat kategorisasi untuk masing-masing variabel yang bertujuan untuk merepresentasikan distribusi skor secara umum, untuk mengetahui kecenderungan skor, atau untuk membandingkan skor (Ratnasari dan Abbasi, 2018). Berikut adalah tabel kategorisasi tingkat regulasi diri, muhasabah dan perilaku seksual pranikah mahasiswa:

Tabel 3.
Tingkat Regulasi Diri

Kategori	Norma	Frekuensi	Presentase
$X < 83,37$	Rendah	9	8,9%
$83,37 \leq X < 104,12$	Sedang	75	74,3 %
$X \geq 104,12$	Tinggi	17	16,8%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa untuk kategori skala regulasi diri, responden terbanyak berada pada kategori sedang dengan persentase 74,3% (75 orang), diikuti dengan kategori tinggi sebesar 16,8 % (17 orang) dan kategori rendah sebesar 8,9% (9 orang).

Tabel 4.
Tingkat Muhasabah

Kategori	Norma	Frekuensi	Presentase
$X < 63,55$	Rendah	15	14,9%
$63,55 \leq X < 78,84$	Sedang	67	66,3%
$X \geq 78,84$	Tinggi	19	18,8%

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa untuk kategori skala muhasabah, responden terbanyak berada pada kategori sedang dengan persentase 66,3% (67 orang), diikuti dengan kategori tinggi sebesar 18,8% (19 orang) dan kategori rendah sebesar 14,9% (15 orang).

Tabel 5.
Tingkat Perilaku Seksual Pranikah

Kategori	Norma	Frekuensi	Presentase
$X < 24,34$	Rendah	0	0%
$24,34 \leq X < 52,21$	Sedang	83	82,2 %
$X \geq 52,21$	Tinggi	18	17,8%

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa untuk kategori skala muhasabah, responden terbanyak berada pada kategori sedang dengan persentase 82,2% (83 orang), diikuti dengan kategori tinggi sebesar 17,8 % (18 orang) dan kategori rendah sebesar 0% (0 orang).

Hasil Wawancara

Pengambilan data dalam penelitian kualitatif ini berdasarkan pada kriteria yang ditetapkan peneliti yang berkaitan pula dengan hasil data penelitian kuantitatif sebelumnya, yaitu mahasiswa Universitas X Banjarmasin angkatan 2017 sampai 2020, laki-laki dan perempuan, berusia 18 sampai 25 tahun, sedang atau pernah berpacaran dan berada pada kategori perilaku seksual sedang atau tinggi pada hasil skala perilaku seksual dalam penelitian kuantitatif sebelumnya. Berdasarkan hal tersebut, didapatkanlah responden sebanyak 6 orang.

Tabel 6.
Identitas Subjek

No	Initial Responden	Jenis Kelamin	Angkatan	Usia (tahun)	Skor	Kategori Perilaku Seksual
1	AD	Pr	2020	18	28	Sedang
2	L	Pr	2017	21	70	Tinggi
3	S	Lk	2020	19	38	Sedang
4	HL	Pr	2018	21	25	Sedang
3	U	Lk	2020	18	33	Sedang
6	MAK	Lk	2018	22	62	Tinggi

***Lk = laki-laki, Pr = perempuan**

Berdasarkan hasil data yang ditampilkan dalam proses wawancara tentang gambaran regulasi diri keenam subjek, dapat diketahui bahwa pemahaman tentang perilaku seksual pranikah adalah haram dalam agama, mereka dapatkan di sekolah. Sedangkan dalam hal pengaplikasiannya, mereka pahami melalui lingkungan pertemanan mereka. Mereka memaknai hal tersebut dengan berusaha agar tidak terjerumus pada gaya berpacaran yang tidak baik. Bahkan ketika mereka melakukan perilaku-perilaku intimasi dengan kekasihnya, didapati perasaan-perasaan tidak nyaman dalam diri mereka yang mendorong mereka untuk menghindari segala aktifitas yang mengarah kepada perilaku seksual berisiko. Merekapun berusaha untuk

menyusun strategi suatu perilaku yang bertujuan untuk menghindarkan diri mereka dari perilaku tersebut. Setelah mereka melaksanakan strategi tersebut, kelima responden mengaku bahwa strategi yang mereka terapkan ada yang berhasil dan ada pula yang tidak berhasil. Dan satu orang mahasiswa mengaku bahwa strategi yang diterapkannya tidak pernah berhasil. Dimana hal tersebut terjadi karena adanya campur tangan perasaan sayang terhadap pacarnya yang menganggap bahwa perilaku intimasi yang mereka lakukan merupakan bentuk perasaan mereka tersebut.

Pada gambaran muhasabah dapat dipahami bahwa keenam subjek memahami bahwa apa yang mereka lakukan dalam berpacaran itu adalah salah dan berusaha untuk memperbaiki diri di masa mendatang dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif seperti memperbanyak istighfar, melakukan sholat taubat, mengikuti maulid habsyi, memfokuskan diri pada pendidikan dan karir sampai pada keputusan untuk tidak berpacaran dan hanya ingin langsung menikah saja setelah mapan nanti.

Adapun untuk gambaran perilaku seksual dapat dipahami bahwa perilaku intimasi yang dilakukan oleh keempat responden hanya pada fase berpegangan tangan dan mencium pipi, satu orang responden mengaku melakukan perilaku intimasi sampai pada tahap meraba bagian sensual pasangannya, dan satu orang responden mengaku melakukan perilaku intimasi sampai pada perilaku seksual *intercourse* atau berhubungan badan.

Pembahasan

Berdasarkan hasil data kuesioner yang diambil dari responden melalui *Google Form* dan diolah menggunakan aplikasi *SPSS 23.0 for windows* diketahui bahwa $0,060 > 0,05$ (taraf signifikansi *p value* $> 0,05$) yang bermakna bahwa variabel bebas regulasi diri (X1) secara parsial tidak memiliki pengaruh terhadap variabel perilaku seksual (Y), dimana H_a ditolak dan H_o diterima. Data kuantitatif tersebut didukung oleh data kualitatif yang diambil melalui wawancara dengan beberapa responden yang menyatakan bahwa regulasi diri tidak memengaruhi perilaku seksual pranikah mereka. Faktor yang memengaruhi mereka dalam hal perilaku seksual pranikah ialah kurangnya pengetahuan tentang perilaku seksual, kurangnya usaha yang dikerahkan untuk menghindari perilaku intimasi yang dapat menggiring pada perilaku seksual berisiko, serta peran orang tua dan lingkungan pertemanan. Natoatmodjo menuturkan bahwa, tanpa pengetahuan seorang individu tidak akan memiliki dasar untuk membuat suatu keputusan dan menentukan tindakan terhadap persoalan yang dihadapinya (Pakpahan, 2021). Hal tersebut didukung oleh hasil jurnal penelitian Pontoan dan kawan-kawan pada tahun 2015, bahwa perilaku yang didasari pada pengetahuan akan menjadi lebih konsisten daripada yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan dan pendidikan tentang perilaku seksual pranikah tersebut yang paling efektif diterima melalui orang tua. Orang tua memberikan pembekalan kepada anak remaja dengan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sehingga mereka memiliki pengetahuan tentang seksual. Namun, pengetahuan orang tua yang kurang memadai dalam memberikan informasi, sehingga menyebabkan sikap kurang terbuka kepada anak remaja yang berujung pada kecenderungan untuk tidak memberikan pemahaman

yang benar tentang masalah seksual. Hal tersebut menyebabkan anak mendapat informasi seksual yang kurang tepat seperti melalui media massa atau lingkungan pertemanannya (Pontoan, 2015).

Pernyataan responden sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Haryani, Wahyuningsih, dan Haryani (2015) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran orang tua dengan perilaku seksual pranikah remaja dimana semakin tinggi peran orang tua terhadap remaja, maka perilaku seksual pranikah remaja akan semakin rendah. Hal tersebut memiliki arti bahwa ketika orang tua memenuhi perannya, maka hal tersebut akan berpengaruh pada perilaku seksual remaja (Haryani, 2015).

Selanjutnya, Berdasarkan hasil data kuesioner yang diambil dari responden melalui Google Form dan diolah menggunakan aplikasi SPSS 23 diketahui bahwa $0,012 < 0,05$ (taraf signifikansi p value $< 0,05$) yang bermakna bahwa variabel bebas muhasabah (X_2) secara parsial memiliki pengaruh terhadap variabel perilaku seksual (Y), dimana H_a diterima dan H_o ditolak. Data kuantitatif tersebut didukung oleh data kualitatif yang diambil melalui wawancara dengan beberapa responden yang menyatakan bahwa aspek muhasabah mengoreksi dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat dimasa mendatang, indikator individu mampu mengontrol perilakunya, memengaruhi perilaku seksual pranikah mahasiswa. Keenam responden menyadari bahwa perilaku intimasi yang mereka lakukan dalam berpacaran adalah salah dan dapat menggiring kepada perilaku seksual pranikah yang akan merugikan mereka di kemudian hari. Sehingga mereka berusaha memperbaikinya dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif, mulai dari melakukan aktivitas ibadah sampai pada berusaha

berkomitmen untuk tidak berpacaran serta fokus pada pendidikan dan karir. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fuad Helmi pada tahun 2010. Ia menyebutkan bahwa ada pengaruh muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa meskipun tidak signifikan.

Terakhir, berdasarkan hasil data kuesioner yang diambil dari responden melalui *Google Form* dan diolah menggunakan aplikasi SPSS 23 diketahui bahwa $0,044 < 0,05$ (taraf signifikansi atau *p value* $< 0,05$) yang bermakna bahwa variabel bebas regulasi diri (X1) dan variabel bebas muhasabah (X2) secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap variabel perilaku seksual (Y), dimana H_a diterima dan H_o ditolak dengan sumbangsih sebesar 6,2% dan 93,8% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Data kuantitatif tersebut didukung oleh data kualitatif yang diambil melalui wawancara dengan beberapa responden yang menyatakan bahwa regulasi diri dan muhasabah memengaruhi perilaku seksual pranikah mahasiswa. Adapun aktor selain regulasi diri dan muhasabah yang melatar belakangi tingkat perilaku seksual mahasiswa ialah faktor orang tua dan faktor lingkungan pertemanan. Dimana mereka menyebutkan tindakan yang diberikan orang tua berupa larangan tentang melakukan suatu perilaku seksual menjadi pernyataan yang mereka sampaikan. Selain itu, ada pula yang menyebutkan bahwa faktor lingkungan pertemanan juga memiliki pengaruh. Seperti adu gengsi tentang perilaku seksual apa yang pernah dilakukan bersama pacar.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data tentang pengaruh regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa didapatkan kesimpulan bahwa tidak terdapat pengaruh antara regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah. Dimana hasil analisis data kualitatif tidak memiliki perbedaan dengan hasil analisis data kuantitatif yang menyatakan bahwa regulasi diri tidak memengaruhi perilaku seksual pranikah mahasiswa. Adapun yang mempengaruhinya ialah faktor individu tentang kurangnya pengetahuan mahasiswa mengenai perilaku seksual, faktor perilaku tentang kurang kerasnya mereka berusaha untuk terhindar dari perilaku-perilaku intimasi yang menggiring pada perilaku seksual pranikah karena menganggap perilaku yang mereka lakukan adalah limpahan perasaan sayang dan faktor lingkungan yang dalam hal ini adalah kurangnya dukungan di lingkungan keluarga serta diiringi dengan lingkungan pertemanan yang buruk.

Pengaruh antara muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa didapatkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara muhasabah terhadap perilaku seksual sebesar 6,1%. Dimana hasil analisis data kualitatif tidak memiliki perbedaan dengan hasil analisis data kuantitatif yang menyatakan bahwa muhasabah memengaruhi perilaku seksual pranikah mahasiswa. Adapun yang mempengaruhinya ialah aspek muhasabah mengoreksi dan memikirkan segala sesuatu yang diperbuat dimasa mendatang dengan indikator individu mampu mengontrol perilakunya,

Sedangkan untuk pengaruh antara regulasi diri dan muhasabah terhadap perilaku seksual pranikah mahasiswa didapatkan kesimpulan

bahwa variabel bebas regulasi diri (X1) dan muhasabah (X2) secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap variabel perilaku seksual (Y) sebesar 6,2%. Adapun hasil analisis data kualitatif tidak memiliki perbedaan dengan hasil analisis data kuantitatif yang menyatakan bahwa regulasi diri dan muhasabah memengaruhi perilaku seksual pranikah mahasiswa. Dengan adanya faktor selain regulasi diri dan muhasabah yang melatar belakangi tingkat perilaku seksual mahasiswa, yaitu faktor orang tua dan faktor lingkungan pertemanan. Serta diketahui bahwa bentuk-bentuk perilaku seksual pranikah pada mahasiswa Universitas X Banjarmasin antara lain, mencium pipi, berciuman bibir, berciuman leher, berpelukan, meraba bagian-bagian tubuh sensual, dan berhubungan badan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fazrian, R. (2016). Hubungan Regulasi Diri Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja. *Skripsi*. Malang: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Irmawaty, L. (2013). Perilaku Seksual Pranikah Pada Mahasiswa. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9 (1).
- Ismail, Z. (2017). Muhasabah Dan Perilaku Seks Bebas. *Tasamuh: Jurnal Studi Islam*, 9 (1).
- Kemenag RI. "Al-Isra' - الاسراء | Qur'an Kemenag" dalam <https://quran.kemenag.go.id>, diakses pada 13 Oktober 2020.
- Muthoharoh, D. (2014). 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.
- Na'mah, L. U. (2014). Seks Pranikah Remaja (Penyebab, Perilaku, Dan Dampak) Studi Kasus Kelompok Mahasiswa Dan Remaja SMA) Di

- Kabupaten Kebumen. Tesis. Surakarta: Program Pascasarjana Universitas Sebelas Maret.
- Pikalouhatta, M. F. (2017). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja Di SMA Negeri 13 Ambon. *Skripsi*. Makassar: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.
- Pramitya, A.A. I. M., & Valentina, T.B. (2013). Hubungan Regulasi Diri Dengan Status Gizi Pada Remaja Akhir Di Kota Denpasar.” *Jurnal Psikologi Udayana*, 1 (1).
- Ratnasari, L., & Abbasi, A. G. (2018). Perancangan Aplikasi Kalkulator Penilaian Kategorisasi Data Berbasis Android.” *Jurnal Ilmiah Informatika Komputer*, 23 (2).
- Sarwono, S. W. (2005). *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sembiring, S. (2016). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Regulasi Diri pada Siswa-Siswi SMA Pencawan Medan. *Skripsi*. Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Suci, H. D., Wahyuningsih, & Haryani. (2015). Peran Orang Tua Berhubungan Dengan Perilaku Seksual Pra Nikah Remaja Di SMKN 1 Sedayu.” *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3 (3).
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methode)*. Bandung: Alfabeta.
- Umboh, P. S. T., J. M. L dan G. D. Kandou. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan Siswa, Peran Orang Tua Dan Peran Media Massa Dengan Perilaku Seks Pranikah Siswa SMK Negeri 1 Atinggola.” *JIKMU*, 5 (2).
- Zulkifli, A. M. B. (2018). Konsep Muhasabah Diri Menurut Imam Al-Ghazali. *Skripsi*. Banda Aceh: Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry