

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU  
SEKSUAL PADA REMAJA DI KOTA MALANG**

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oliva Yudi  
19090000160**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

**2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Oliva Yudi  
NIM : 190900000160  
Universitas : Universitas Merdeka Malang  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja Di Kota Malang”

Malang, 23 Agustus 2023

### DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S. Psi., M. Si

Dosen Pembimbing



Ritna Sandri, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S. Psi., M. Si., Psikolog

**PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU  
SEKSUAL PADA REMAJA DI KOTA MALANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Oliva Yudi  
19090000160

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji**

**Pada tanggal**  
25 Agustus 2023

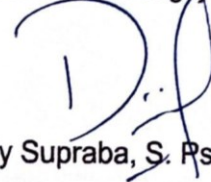
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ritna Sandri, S. Psi., M. Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



Dellawaty Supraba, S. Psi., M. Si

Anggota Penguji



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S. Psi., M. Si., Psikolog

Skripsi ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana S-1 Psikologi

Malang, 25 Agustus 2023

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

## PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Oliva Yudi  
Nomor Pokok : 19090000160  
Program Studi : Psikologi  
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Sosial  
Judul Skripsi : Pengaruh Kontrol Diri Terhadap  
Perilaku Seksual Pada Remaja Di Kota Malang  
Lokasi Tempat Penelitian : Kota Malang  
Alamat Rumah Asal : Mbay, Kab. Nagekeo-NTT  
No. Telp/Email : 081358012112 /olivaayudii19@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul "**Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja Di Kota Malang**" merupakan hasil karya asli yang saya ajukan untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi dari Universitas Merdeka Malang. Saya belum pernah menggunakan atau membagikan sebagian atau keseluruhan karya ini di institusi pendidikan lain. Selain itu, saya tidak menemukan tulisan atau pandangan lain yang dibuat atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali yang saya rujuk secara jelas dalam teks ini dan mencantumkannya dalam daftar pustaka.

Malang, 30 Agustus 2023



Oliva Yudi

## **MOTTO**

Belajarliah untuk bisa menerima, bahwa apapun yang menjadi takdir Tuhan itulah yang terbaik. Tidak perlu memaksa agar sesuai dengan ekspektasi, tidak perlu menolak kenyataan pahit yang telah diterima. Belajarliah untuk menerima kenyataan tanpa mengalahkan apapun dan siapapun. Percayalah pada Tuhan, dialah yang mengatur kehidupan kita dengan baik.

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Skripsi ini menjadi bagian dari ibadahku kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena hanya kepada-Nyalah tempat kami memohon dan hanya kepada-Nyalah tempat kami berserah. Skripsi ini juga menjadi suatu bentuk ucapan terima kasihku kepada:

1. Kedua orang tua yang tiada hentinya memberikan doa, dukungan, dan perhatian sampai pada detik ini.
2. Ketiga saudara kandung saya yang selalu bersedia menjadi tempat berkeluh kesah dan selalu ada setiap dibutuhkan.
3. Kepada diri sendiri sebagai hasil dari perjuangan dan kerja kerasnya.
4. Kepada keluarga besar saya yang tidak dapat disebutkan satu per satu
5. Seluruh dosen fakultas psikologi, dan teman-teman fakultas psikologi angkatan 2019, terima kasih untuk semuanya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat dan pertolongan-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Penulis menyadari betul bahwa ada orang-orang yang berjasa di balik selesainya skripsi ini. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan dan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yesus dan Bunda Maria atas segala berkat yang telah diberikan selama ini dengan kesehatan dan kemampuan yang cukup untuk penulis menyelesaikan skripsi ini hingga selesai.
2. Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M. Si., selaku rektor Universitas Merdeka Malang
3. Ibu Dr. Nawang Warsi W. S. Psi., M.Si., Psikolog, selaku dekan fakultas psikologi universitas merdeka Malang.
4. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi.,M.Si, selaku dosen wali. Terimakasih telah memberikan motivasi baik nasihat dan saran dalam mengerjakan tugas perkuliahan maupun menyelesaikan skripsi. Terima kasih juga karena sudah menjadi dosen wali selama proses perkuliahan berlangsung, selalu membimbing dan mendukung saya.
5. Ibu Ritna Sandri S. Psi., M. Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing utama yang telah sabar membimbing, mengarahkan, memberikan kritik dan saran serta motivasi dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi.,M.Si, selaku dosen co-pembimbing. Terimakasih Ibu Della yang telah sabar membimbing, mengarahkan, memberikan kritik dan saran serta motivasi dan dukungan sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.

7. Terima kasih kepada keluarga besar tercinta bapak dan ibu, kaka Enjel Owa, adik Rensa dan Niken. Terimakasih yang selama ini sudah memberikan dukungan berupa doa, materi dan perhatian. Maaf dan sekali lagi terimakasih banyak untuk segala yang telah diberikan.
8. Terima kasih yang terakhir diucapkan kepada diri sendiri. Terimakasih Oliva Yudi, yang sudah mampu berjuang dengan keras untuk menyelesaikan skripsi ini, meskipun banyak hal yang menghalangi selama proses pengerjaan skripsi namun akhirnya kamu mampu melewatinya. Terimakasih juga karena selalu sehat, kuat dan tegar dalam kondisi apapun.

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa yang telah memberikan hikmat dan kemampuan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja Di Kota Malang”. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, hal itu disadari karena adanya keterbatasan pemahaman, kemampuan, dan pengetahuan yang dimiliki oleh peneliti. Harapan peneliti, semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan berbagai pihak lainnya.

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI</b> .....	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>xv</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENGANTAR</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Permasalahan.....	7
C. Tujuan dan manfaat Penelitian .....	7
1. Tujuan Penelitian.....	7
2. Manfaat Penelitian.....	7
D. Perbedaan Dengan Penelitian Sebelumnya.....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
A. Perilaku Seksual.....	11
1. Definisi Perilaku Seksual .....	11
2. Komponen Perilaku Seksual.....	12
3. Bentuk- Bentuk Perilaku Seksual.....	13
4. Faktor Penyebab Perilaku Seksual.....	14
5. Dampak Perilaku Seksual Remaja .....	15
B. Kontrol Diri .....	16
1. Definisi Kontrol Diri .....	16
2. Aspek – Aspek Kontrol Diri .....	17
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	18
4. Fungsi Kontrol Diri .....	18
C. Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja .....	19
D. Kerangka Pemikiran Penelitian .....	21

E. Hipotesis Penelitian .....	21
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
A. Identifikasi dan Operasional Variabel .....	22
1. Identifikasi Variabel .....	22
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	22
B. Subjek Penelitian.....	23
1. Populasi Penelitian .....	23
2. Sampel Penelitian.....	23
3. Teknik Pengambilan Sampel .....	24
C. Cara Pengumpulan Data.....	25
1. Uji Validitas .....	27
2. Uji Reliabilitas .....	28
D. Desain Penelitian .....	28
E. Cara Analisis Data .....	28
1. Uji Normalitas .....	28
2. Uji Linearitas.....	29
3. Uji Hipotesis .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>30</b>
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	30
B. Deskripsi Validitas dan Reliabilitas Data.....	31
1. Deskripsi Data .....	31
2. Validitas Skala .....	35
3. Reliabilitas Skala .....	37
C. Hasil .....	38
1. Uji Asumsi .....	38
2. Uji Linearitas.....	39
3. Uji Hipotesis .....	39
D. Pembahasan.....	41
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>46</b>
A. Kesimpulan .....	46
B. Saran .....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Aitem Favorable dan Unfavorable .....	25
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Perilaku Seksual .....	26
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Kontrol Diri .....	27
Tabel 4. Jumlah Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	30
Tabel 5. Jumlah Sampel Penelitian Berdasarkan Usia .....	30
Tabel 6. Jumlah Sampel Penelitian Berdasarkan Pendidikan/Kelas .....	31
Tabel 7. Deskripsi Data Subjek .....	32
Tabel 8. Rumus Kategorisasi .....	32
Tabel 9. Kategorisasi Perilaku Seksual Secara Umum .....	33
Tabel 10. Kategorisasi Perilaku Seksual Berdasarkan Jenis Kelamin .....	34
Tabel 11. Kategorisasi Variabel Kontrol Diri Secara Umum .....	34
Tabel 12. Kategorisasi Kontrol Diri Berdasarkan Jenis Kelamin .....	35
Tabel 13. <i>Blueprint Try Out</i> Skala Perilaku Seksual .....	36
Tabel 14. <i>Blueprint Try Out</i> Skala Kontrol Diri .....	37
Tabel 15. Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku Seksual dan Kontrol Diri .....	37
Tabel 16. Uji Normalitas .....	38
Tabel 17. Uji Linearitas .....	39
Tabel 18. Uji Hipotesis .....	39
Tabel 19. Sumbangan Efektivitas Variabel Kontrol Diri Terhadap Variabel Perilaku Seksual .....	40
Tabel 20. Koefisien Variabel .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran Penelitian.....	21
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Uji Aiken V Skala Kontrol Diri dan Perilaku Seksual .....	52
Lampiran 2. Skala Try Out Kontrol Diri dan Perilaku Seksual.....	57
Lampiran 3. Tabulasi Data Try Out Kontrol Diri dan Perilaku Seksual.....	64
Lampiran 4. Validitas Skala Kontrol Diri dan Perilaku Seksual .....	67
Lampiran 5. Reliabilitas Skala Penelitian.....	72
Lampiran 6. Skala Penelitian Kontrol Diri dan Perilaku Seksual .....	74
Lampiran 7. Tabulasi Data Penelitian Kontrol Diri dan Perilaku Seksual .....	80
Lampiran 8. Hasil Uji Normalitas, Linearitas dan Hipotesis .....	107
Lampiran 9 Hasil Cek Plagiasi Dan Daftar Riwayat Hidup.....	110

# PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU SEKSUAL PADA REMAJA DI KOTA MALANG

Oliva Yudi

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

[Olivaayudii19@gmail.com](mailto:Olivaayudii19@gmail.com)

## INTISARI

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pada remaja di Kota Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Partisipan dalam penelitian ini adalah remaja Kota Malang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 385 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala kontrol diri dan skala perilaku seksual dalam bentuk skala likert. Analisis data menggunakan regresi linear sederhana untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual. Hasil yang didapat, menunjukkan ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pada remaja di Kota Malang dengan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan pengaruh sebesar 33% ( $R^2$  square 0,339). Koefisien pengaruh kedua variabel adalah -0,603. Artinya, semakin tinggi kontrol diri semakin rendah perilaku seksual. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri semakin tinggi perilaku seksual.

**Kata Kunci:** kontrol diri, perilaku seksual, remaja.

**THE EFFECT OF SELF-CONTROL ON SEXUAL  
BEHAVIOR OF ADOLESCENTS IN MALANG CITY**

**Olivia Yudi**

*Faculty of Psychology, University Of Merdeka Malang*

*Olivaayudii19@gmail.com*

**ABSTRACT**

*The aim of this research is to determine the effect of self-control on sexual behavior in adolescents in Malang City. This study uses a quantitative approach. Participants in this research were teenagers from Malang City. The sample in this study amounted to 385 people. The sampling technique is purposive sampling. Data collection used a self-control scale and a sexual behavior scale in the form of a Likert scale. Data analysis uses simple linear regression to determine the effect of self-control on sexual behavior. The results obtained show that there is an influence of self-control on sexual behavior in teenagers in Malang City with a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) with an influence of 33% (R square 0.339). The coefficient of influence of the two variables is -0.603. This means that the higher the self-control, the lower the sexual behavior. Conversely, the lower the self-control, the higher the sexual behavior.*

*Keywords: self-control, sexual behavior, teenagers.*