

Hubungan antara Kesepian dan Stres dengan Perilaku Seksual pada Remaja di SMK X Surakarta

*The correlation between loneliness and stress with sexual behavior
on adolescent in smk x surakarta*

Asri Yulianti, Istar Yuliadi, Nugraha Arif Karyanta

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Remaja akan mengalami suatu tahapan dalam perkembangan yaitu gejala yang berkaitan dengan perilaku seksual. Remaja sebagai individu yang dinamis dihadapkan kebutuhan serta tuntutan-tuntutan yang memaksa individu tersebut untuk beradaptasi dengan baik. Berbagai macam kebutuhan dan tuntutan tersebut salah satunya akan dapat mempengaruhi remaja secara psikologis yaitu dihindangi rasa kesepian dan stres. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui : (1) Hubungan kesepian dan stres dengan perilaku seksual pada remaja di SMK X Surakarta; (2) Hubungan kesepian dengan perilaku seksual pada remaja di SMK X Surakarta; (3) Hubungan stres dengan perilaku seksual pada remaja di SMK X Surakarta.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI dan XII SMK X Surakarta yang terdiri atas 13 kelas yang berjumlah 329 siswa. Sample dalam penelitian ini terdiri atas 3 kelas yang berjumlah 97 siswa. Sampling dalam penelitian ini menggunakan *cluster random sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah skala perilaku seksual dengan koefisien validitas 0.479–0.742 dan reliabilitas 0.848; skala kesepian dengan koefisien validitas 0.382–0.656 dan reliabilitas 0.847; serta skala stres dengan koefisien validitas 0.408–0.675 dan reliabilitas 0.878.

Analisis data menggunakan teknik analisis regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan nilai $F_{hitung} = 2.361$; $p = 0.100$ ($p > 0.05$), yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan stres dengan perilaku seksual pada siswa remaja di SMK X Surakarta. Secara parsial, juga menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan perilaku seksual dengan $r_{x1y} = -0.156$; $p = 0.130$ ($p > 0.05$). Secara parsial pula, terdapat hubungan antara stres dengan perilaku seksual dengan $r_{x2y} = 0.206$; $p = 0.044$ ($p < 0.05$). Nilai R^2 (R square) sebesar 0.048, artinya dalam penelitian ini kesepian dan stres secara bersama-sama memberikan sumbangan efektif sebesar 4.8 % terhadap perilaku seksual.

Kata Kunci: kesepian, stres, perilaku seksual, remaja

PENDAHULUAN

Perilaku seksual seringkali menjadi topik permasalahan yang sering ditemui pada remaja.

Remaja yang sedang mengalami proses masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa membuat dirinya dituntut untuk menghadapi proses perubahan itu dengan berbagai keadaan dan kondisi yang dialami. Remaja yang masih labil dan sedang mengalami krisis mencari

identitas diri lebih mudah membawa dirinya menjadi salah dalam berperilaku.

Zahra (2005) menjelaskan, masa remaja yang belum stabil membuat remaja kurang waspada dalam bertindak laku, sehingga mereka sering bertindak ceroboh dan tidak mempertimbangkan dengan baik akibat perilakunya. Oleh karena itu, remaja menjadi rentan terhadap dampak perilaku mereka sendiri. Disamping itu, pada sejumlah remaja

juga didapati adanya penyimpangan perilaku seksual yang didalamnya termasuk melakukan hubungan seksual pada usia relatif muda. rentan untuk melakukan hal tersebut (Kotchick, Shaffer dan Forehand, 2011).

Perilaku seksual pada remaja semakin mengkhawatirkan. Penelitian yang dilakukan oleh Wimpie Pangkahila pada tahun 1996 melakukan penelitian terhadap remaja SMA di Bali dengan sampel 633 (345 pria dan 288 wanita). Kesemuanya memiliki pengalaman berhubungan seks pra nikah, yaitu melakukan hubungan badan dengan lawan jenis dengan persentase perempuan 18% dan 27% laki-laki. Sedangkan penelitian Situmorang tahun 2001 mencatat, laki-laki dan perempuan di Medan mengatakan sudah melakukan hubungan seks dengan komposisi, 9% perempuan dan 27% laki-laki (Soejoeti, 2001).

Perkembangan perilaku seksual remaja juga ditemukan kota-kota besar, salah satunya yaitu Surakarta. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Taufik (dalam Darmasih, 2009) mengenai perilaku seksual remaja di 10 Sekolah Menengah di Surakarta dengan sampel berjumlah 1.250 orang, terdiri dari 611 laki-laki dan 639 perempuan menyatakan bahwa 10,53% remaja pernah melakukan ciuman bibir, dan 3,09% melakukan hubungan seksual.

Perilaku seksual berisiko yang marak dilakukan remaja dapat disebabkan dari faktor ketidakmampuan dalam menghadapi perubahan perkembangan yang terjadi pada dirinya. Remaja yang berada ditengah-tengah masa untuk mengembangkan identitas diri dan membangun jaringan sosial, membuat mereka Remaja yang mulai membuat kelompok-kelompok teman sebaya dan membuat relasi yang lebih banyak menjadi semakin penting untuk ikut serta dalam pencapaian sebuah identitas dengan status sosial, dominasi, harapan yang lebih besar tentang keintiman, loyalitas, dan dukungan dalam hubungan mereka (Rubin, Bukowski, Parker, & Bowker, 2008).

Kesepian merupakan hal yang tak dapat dihindari oleh siapapun, salah satunya adalah remaja. Remaja membutuhkan interaksi yang berkualitas untuk menjalin suatu kebutuhan emosional, apabila hal ini tidak terpenuhi, remaja akan dilanda kesepian (More dan Schultz, 1983). Wedge (1989) menjelaskan, orang yang mengalami kesepian merasa dalam keterasingan dan kesendirian yang sepi. Apabila kebutuhan-kebutuhan ini tidak terpenuhi dalam jangka waktu yang lama, dapat menghancurkan integritas pribadi. Kesepian juga ditemukan memiliki keterkaitan sebagai peluang yang tinggi dengan perilaku seksual berisiko yang dilakukan oleh remaja putri yang mengalami kehamilan (Stickley, Koyanagi, Kuposov, Schwab-Stone, dan Ruchkin, 2014). Hayden (2006) menambahkan bahwa individu yang melakukan seks secara berlebihan menggunakan aktivitas tersebut sebagai jalan tercepat sebagai bentuk meditasi terhadap kegelisahan, kesepian, stres dan gangguan tidur. Pada hal ini seks dijadikan sebagai “peredam nyeri” atau sebagai “peredam ketegangan”.

Rasa kesepian yang berlangsung lama pada diri individu dapat melemahkan dan membuat individu akan terkena dampak dari perilaku yang tidak baik (Peplau dan Perlman, 1981). Dengan segala perubahan yang terjadi dan kebutuhan yang harus dipenuhi remaja dalam perkembangannya, tak mengherankan apabila remaja juga akan dihindangi stres (Hall dalam Arnett, 1999).

Stres secara psikologis merupakan kombinasi dari gejala kecemasan umum dari ciri kepribadian, ketidakmampuan secara fungsional dan masalah dalam perilaku (Drapeau, Marchand, dan Beaulieu-Prévost, 2012). Stres yang tidak dapat terselesaikan dengan baik menjadi salah satu faktor yang meningkatkan individu untuk melakukan perilaku yang bermasalah (Wallander, Thompson, Robert, Alriksson-Schmidt, dan Michael, 2003).

Stres merupakan akibat dari suatu kejadian atau serangkaian pengalaman yang dimaknai negatif dan tidak dapat dihadapi atau dilalui oleh seorang individu. Ibung (2008) menjelaskan bahwa kejadian atau pengalaman tersebut sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan atau “menekan” yang menjadi sumber stres dan dapat memberikan efek negatif pada individu yang tidak dapat menyikapinya dengan baik. Stres merupakan bagian dari kehidupan, namun stres yang berlebih akan mempengaruhi kualitas hidup. Remaja yang rentan mengalami stres memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku yang berisiko (Johnson, Dariotis, dan Wang, 2012). Salah satu wujud dari perilaku berisiko yang

dilakukan remaja yaitu dalam hal perilaku seksual (Schantz, 2012).

Studi pendahuluan dilakukan dengan mewawancarai guru BK SMK X Surakarta yang memaparkan bahwa pacaran yang banyak ditampilkan oleh anak-anak didiknya adalah mengerjakan kegiatan bersama seperti, antara lain duduk di kelas bersama, pergi ke kantin bersama, istirahat dan pulang sekolah bersama. Beliau juga menuturkan info yang didapat dari anak didiknya bahwa ditemukan kasus tersendiri yaitu kehamilan di luar nikah.

Wawancara juga dilakukan dengan tiga siswa yang memaparkan soal perilaku seksual yang biasa dilakukan seperti berkencan ke mall dan tempat hiburan dengan teman lawan jenis, dan salah satu diantara mereka menuturkan mempunyai teman laki-laki yang melakukan hubungan seksual. Kegiatan berkencan pada teman lawan jenis biasa mereka lakukan dengan pergi makan bersama, nonton, atau sekedar hanya jalan-jalan mengitari kota.

Studi pendahuluan juga dilakukan dengan menyebarkan 25 kuesioner di SMK X Surakarta, didapatkan hasil 24 di antaranya pernah berpacaran. Dari semua jumlah anak yang berpacaran tersebut, 21 orang mengaku berpegangan tangan, 21 berkencan, 18 pernah mencium atau dicium pipi oleh lawan jenis, 15 berpelukan, dan 16 orang berciuman.

Terkait dengan hal kesepian, responden menjelaskan lewat kuesioner terbuka yang menyatakan bahwa bentuk kesepian yang dialami karena faktor kurang perhatian dari lingkungan dan tidak adanya sosok dekat karena

diantaranya terdapat siswa yang telah hidup sendiri atau kos tanpa orangtua, dan ketidakdekatan hubungan antar teman sekolah yang diwujudkan dengan merasa sering tidak diterima di dalam sebuah kelompok, merindukan untuk dekat dengan seseorang, dan berharap mereka dapat lebih terbuka tentang perasaan yang mereka alami. Di samping itu, dalam tahapan perkembangan mereka sebagai seorang remaja, mereka mengungkapkan terjadi kebingungan dengan perubahan fisik yang terjadi, dan menilai bahwa sosok yang sesuai dengan yang mereka inginkan namun tidak sebagaimana adanya yang terjadi dan tuntutan pergaulan serta kondisi lain seperti aturan-aturan dan tuntutan dalam keluarga dan sekolah, pencapaian di bidang akademis, masalah yang terjadi di dalam keluarga, dan kebingungan-kebingungan akan hal yang terjadi di masa yang akan datang yang hal ini dapat mengakibatkan remaja berada pada kondisi stres.

Sesuai dengan paparan yang telah dijelaskan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Hubungan antara Kesepian dan Stres dengan Perilaku Seksual di SMK X Surakarta”.

DASAR TEORI

A. Perilaku seksual

Sarwono (2010) menjelaskan, perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenisnya maupun dengan sesama jenis. Bentuk-bentuk dari perilaku seksual dapat berupa perasaan tertarik

sampai tingkah laku berkencan, bercumbu, dan bersenggama. Objek seksualnya bisa berupa orang lain, orang dalam khayalan, atau diri sendiri. Soetjiningsih (2008) mengemukakan, perilaku seksual pranikah remaja adalah segala tingkah laku seksual yang didorong oleh hasrat seksual dengan lawan jenisnya, yang dilakukan oleh remaja sebelum mereka menikah. Berdasarkan definisi yang dijelaskan oleh beberapa ahli di atas maka disimpulkan bahwa perilaku seksual adalah suatu bentuk perilaku yang didasarkan pada dorongan hasrat seksual yang dilakukan untuk mengarahkan kepada kenikmatan seksual.

Sarwono (2010) menjelaskan bentuk perilaku seksual melalui beberapa tahapan mulai dari mengajak pasangannya untuk berkencan, dilanjutkan dengan berpegangan tangan dan berpelukan, kemudian berciuman hingga meraba-raba bagian sensitif pasangannya, dan berujung pada hubungan seks remaja dengan pasangannya.

Soetjiningsih (2008) mengungkapkan beberapa aspek perilaku seksual, yaitu:

- a. Berpegangan tangan.
- b. Memeluk atau dipeluk dibahu.
- c. Memeluk atau dipeluk dipinggang.
- d. Ciuman bibir.
- e. Ciuman bibir sambil pelukan.
- f. Meraba atau diraba daerah erogen (payudara dan alat kelamin) dalam keadaan berpakaian.
- g. Mencium atau dicium daerah erogen dalam keadaan berpakaian.

- h. Saling menempelkan alat kelamin dalam keadaan berpakaian.
- i. Meraba atau diraba daerah erogen dalam keadaan tanpa pakaian.
- j. Mencium atau dicium daerah erogen dalam keadaan tanpa pakaian.
- k. Saling menempelkan alat kelamin dalam keadaan tanpa pakaian.
- l. Hubungan seksual.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menggunakan bentuk-bentuk perilaku seksual remaja yang dikemukakan oleh Sarwono (2010) dan Soetjiningsih (2008) sebagai aspek penelitian. Aspek-aspek tersebut bergerak pada tahapan yang terdiri atas berkencan, berpegangan tangan, memeluk atau dipeluk di bahu, memeluk atau dipeluk dipinggang, ciuman bibir, ciuman bibir sambil pelukan, meraba atau diraba daerah sensitif dalam keadaan berpakaian, mencium atau dicium daerah sensitif dalam keadaan berpakaian, saling menempelkan alat kelamin dalam keadaan berpakaian, meraba atau diraba daerah sensitif dalam keadaan tanpa pakaian, mencium atau dicium bagian sensitif dalam keadaan tanpa pakaian, saling menempelkan alat kelamin dalam keadaan tanpa pakaian, dan hubungan seksual.

B. Kesepian

Peplau dan Perlman (1982) menjelaskan kesepian adalah pengalaman yang tidak menyenangkan yang terjadi ketika kekurangan seseorang jaringan hubungan sosial di beberapa makna

penting, baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Ada tiga poin umum untuk diperhatikan, pertama, kesepian hasil dari kekurangan dalam diri seseorang dengan hubungan sosialnya, kedua, kesepian merupakan fenomena subyektif, dan ketiga, kesepian bersifat tidak menyenangkan dan menyedihkan. Selanjutnya, Baron dan Bryne (2005) menyatakan kesepian adalah suatu reaksi emosional dan kognitif terhadap dimilikinya hubungan yang lebih sedikit dan lebih tidak memuaskan daripada yang diinginkan oleh orang tersebut. Berdasarkan definisi yang dijelaskan oleh beberapa ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah suatu keadaan di mana terjadi perbedaan antara yang diinginkan dengan kenyataan yang dialami seseorang dalam tingkat yang dicapai dari hubungan sosialnya.

Russel (1996) menjelaskan ada tiga aspek dalam kesepian, yaitu:

- a. *Personality*, kepribadian individu dari sistem-sistem psikofisik yang menentukan karakteristik perilaku dan berpikir.
- b. *Social desirability*, adanya keinginan kehidupan sosial yang disenangi individu pada kehidupannya di lingkungannya.
- c. *Depression*, adanya tekanan dalam diri yang mengakibatkan adanya depresi.

C. Stres

Atkinson, Atkinson, Smith dan Bem (2010) menjelaskan, stres adalah keadaan

seseorang dihadapkan dengan peristiwa yang mereka rasakan sebagai ancaman kesehatan fisik atau psikologisnya. Peristiwa tersebut biasanya dinamakan stresor, dan reaksi orang terhadap peristiwa tersebut dinamakan respon stres. Hal tersebut sejalan dengan Chaplin (2008) yang menjelaskan bahwa stres adalah satu keadaan tertekan, baik secara fisik dan psikologis. Berdasarkan definisi yang dijelaskan oleh beberapa ahli di atas maka stres adalah suatu keadaan dimana seorang individu tidak dapat merespon segala stimulus stresor atau masalah dengan baik sehingga menempatkan dirinya pada keadaan yang tertekan.

Levenstein (1993) menjelaskan ada tujuh aspek stres, yaitu: *harrassment*, *overload*, *irritability*, *lack of joy*, *fatigue*, *worries*, dan *tension*.

- a. *Harrassment*, mencakup berbagai perilaku yang bersifat ofensif. Hal ini umumnya dipahami sebagai perilaku yang dimaksudkan untuk mengganggu, bersifat gangguan dan usikan sebagai tindakan-tindakan yang tidak diinginkan seperti ancaman dan tuntutan.
- b. *Overload*, keadaan psikologis dari gabungan-gabungan akan banyak hal yang mengakibatkan beban yang telampaui.
- c. *Irritability*, kerentanan untuk menanggapi rangsangan yang mengarahkan kecenderungan pada kemarahan.

- d. *Lack of joy*, merupakan kondisi akan kurangnya suka cita dan ketidakmampuan untuk merasakan kenikmatan, perasaan kehilangan, dan menyerah.
- e. *Fatigue*, merupakan suatu kelelahan, kelesuan dan dan kebosanan yang dialami secara fisik maupun mental.
- f. *Worries*, suatu sikap emosional ditandai secara khas oleh kecemasan mengenai suatu peristiwa seperti kekhawatiran akan banyak hal.
- g. *Tension*, tekanan atau ketegangan yang dapat mengakibatkan suatu ketidaknyamanan.

METODE PENELITIAN

Populasi yang akan menjadi subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang tercatat sebagai siswa kelas XI dan kelas XII yang terdiri atas 13 kelas dengan jumlah 329 siswa. Jumlah sampel yang diambil oleh peneliti dalam penelitian ini adalah 97 siswa. Sampel dalam penelitian dipilih dengan karakteristik yang ditentukan oleh peneliti yaitu remaja yang berumur $15\frac{1}{2}$ – $16\frac{1}{2}$ tahun (wanita) dan 16-17 tahun (laki-laki).

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tiga alat ukur psikologi, yaitu skala perilaku seksual, skala kesepian, dan skala stres. Ketiga alat ukur tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Skala perilaku seksual

Perilaku seksual dalam penelitian ini diukur menggunakan bentuk-bentuk perilaku

seksual dari Sarwono (2010) dan Soetjiningsih (2008) yaitu: berkenan, berpegangan tangan, memeluk atau dipeluk di bahu, memeluk atau dipeluk dipinggang, ciuman bibir, ciuman bibir sambil pelukan, meraba atau diraba daerah sensitif dalam keadaan berpakaian, mencium atau dicium daerah sensitif dalam keadaan berpakaian, saling menempelkan alat kelamin dalam keadaan berpakaian, meraba atau diraba daerah sensitif dalam keadaan tanpa pakaian, mencium atau dicium bagian sensitif dalam keadaan tanpa pakaian, saling menempelkan alat kelamin dalam keadaan tanpa pakaian, dan hubungan seksual. Skala perilaku seksual terdiri atas 13 aitem *favorable*.

2. Skala kesepian

Kesepian dalam penelitian ini diukur dengan skala kesepian yang diadaptasi menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Russel (1996) yaitu *Loneliness Scale Version 3* (UCLA version 3) yaitu aspek *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Skala berisi 20 aitem, yang terbagi dalam 11 aitem *favourable* dan 9 aitem *unfavourable*.

3. Skala stres

Stres ini diukur dengan skala yang disusun peneliti menggunakan aspek stres dari Levenstein (1993) yaitu *harrassment*, *overload*, *irritability*, *lack of joy*, *fatigue*, *worries*, dan *tension*. Skala stres terdiri atas 30 aitem yang terbagi menjadi 22 aitem *favorable* dan 8 aitem *unfavorable*.

HASIL- HASIL

Perhitungan dalam analisis ini dilakukan dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS) versi 16.

1. Analisis Deskriptif

Kategorisasi responden dengan rincian bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini sebanyak 64,95% memiliki perilaku seksual tingkat sedang, sebanyak 75,26% responden memiliki kesepian pada tingkat sedang dan sebanyak 51,55% responden memiliki stres tingkat sedang.

2. Uji Asumsi Dasar.

a. Uji Normalitas

Nilai signifikansi perilaku seksual sebesar 0,869 ($p > 0,05$), nilai signifikansi kesepian sebesar 0,502 ($p > 0,05$), dan nilai signifikansi stres 0,810 ($p > 0,05$). Nilai signifikansi untuk variabel perilaku seksual, kesepian dan stres lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel tersebut telah terdistribusi secara normal.

b. Uji Linearitas.

Nilai *Sig.* pada kolom *deviation from linearity* antara kesepian dengan perilaku seksual sebesar 0,427 ($\text{Sig} > 0,05$). Stres dengan kecemasan menopause sebesar 0,462 ($\text{Sig} > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa keduanya memiliki hubungan yang linier.

3. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Multikolinearitas.

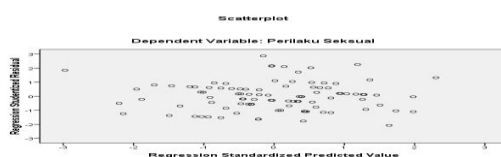
Nilai *variance inflation factor* (VIF) kedua variabel prediktor, yaitu kesepian

dan stres adalah 1,216 dan nilai *Tolerance* 0,823. Nilai VIF kurang dari 10 dan nilai *Tolerance* lebih dari 0,1 berarti antar variabel prediktor tidak terdapat persoalan multikolinieritas.

2. Uji Otokorelasi

Berdasarkan perhitungan SPSS versi 16.0, nilai DW adalah 1,545, nilai DW diantara -2 sampai +2. Maka, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat otokorelasi.

3. Uji Heterokedastisitas.



Penyebaran residual dalam gambar adalah tidak teratur. Hal tersebut dapat dilihat dari titik-titik data terpencar dan tidak membentuk pola tertentu. Maka dari itu, kesimpulan yang dapat diambil adalah regresi terbebas dari asumsi klasik heteroskedastisitas.

4. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil perhitungan, didapatkan nilai $F_{hitung} = 2,361$ dan nilai $p = 0,005$ ($p > 0,05$). Hal ini berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dan stres dengan perilaku seksual. Angka R^2 sebesar 0,048 menunjukkan bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel kesepian dan stres terhadap perilaku seksual adalah sebesar 4,8% sedangkan sisanya sebesar 95,2% ditentukan oleh variabel lain.

5. Uji Korelasi

Dari perhitungan didapat nilai $r_{x1y} = -0,156$; $p = 0,130$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi hubungan kesepian dengan perilaku seksual yang rendah. Dengan demikian, secara parsial terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara kesepian dengan perilaku seksual.

Diperoleh nilai $r_{x2y} = 0,206$; $p = 0,044$ ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa stres berhubungan secara signifikan dengan perilaku seksual. Hubungan stres dengan perilaku seksual berada pada tingkat rendah.

6. Sumbangan Relatif dan Sumbangan Efektif
SR kesepian dengan perilaku seksual adalah sebesar 15,7% dan SR stres dengan perilaku seksual sebesar 84,3%. SE kesepian dengan perilaku seksual sebesar 0,75% dan SE stres dengan perilaku seksual sebesar 4,05%. Total sumbangan efektif kesepian dan stres terhadap perilaku seksual sebesar 4,8% ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,048. Sisanya sebesar 95,2% dijelaskan atau dipengaruhi oleh faktor lainnya.

PEMBAHASAN

Hasil analisis penelitian mengenai hubungan antara kesepian dan stres dengan perilaku seksual melalui teknik analisis data regresi berganda diperoleh nilai $F_{hitung} = 2,361$ dan nilai $p = 0,100$ ($p > 0,05$) yang menandakan hubungan ketiga variabel tersebut adalah tidak signifikan. Dengan demikian, hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini ditolak yaitu

tidak terdapat hubungan antara kesepian dan stres dengan perilaku seksual.

Bahwa terdapat banyak sekali faktor lain yang mempengaruhi perilaku seksual seseorang selain kesepian dan stres. Crockett, Raffaelli, dan Moilanen (2003) memaparkan faktor tersebut antara lain pengaruh biologis seperti pubertas, pengaruh gen, pengaruh model biososial, faktor sosiokultural, faktor keluarga seperti proses yang terjadi dalam keluarga, komposisi keluarga dan status sosial ekonomi, pengaruh teman sebaya, teman, teman romantis, pengaruh lingkungan, dan media. Faktor lain dari psikologis dan perilaku meliputi sikap dan nilai-nilai, prestasi akademik dan investasi akademik, penyesuaian psikososial seperti kesejahteraan psikologis, masalah perilaku, toleransi risiko dan menahan diri. Faktor pengahayatan akan seksualitas seperti konstruk kultural, konstruksi akan cinta, hasrat, identitas sosial dan situasi akan kemungkinan untuk melakukan hal seksualitas.

Uji hipotesis membuktikan hipotesis kedua dalam penelitian ini ditolak, yaitu tidak terdapat hubungan antara kesepian dengan perilaku seksual. Hasil tersebut ditunjukkan oleh nilai $r_{xy} = -0,156$; $p = 0,130$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi hubungan antara kesepian dengan perilaku seksual dan sangat rendah. Dengan demikian, secara parsial terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara kesepian dengan perilaku seksual.

Tidak terbuktinya uji hipotesis kedua ini diasumsikan terjadi karena variabel kesepian tidak dapat berdiri sendiri secara independen

untuk dikorelasikan terhadap perilaku seksual dan banyak faktor yang mempengaruhi. Faktor yang mempengaruhi antara lain berasal dalam diri dan luar individu. Faturochman (1992) memaparkan, bahwa sikap permisif, tingkat emosional, dan kepribadian individu sebagai faktor dalam diri seseorang dalam hal perilaku seksual. Lingkungan, komunitas tempat tinggal, dan teman sebaya sebagai faktor ekstrenal yang turut mendukung. Lebih jauh lagi Santrock (dalam Gentry dan Campbell, 2002) menambahkan perkembangan emosional pada remaja telah melibatkan untuk membangun rasa realistis dan koheren dalam konteks berhubungan dengan orang lain dan belajar untuk mengatasi dalam mengelola emosi. Manajemen emosi yang baik akan memunculkan perilaku yang sesuai dengan harapan, tuntutan norma, dan aturan (Vohs dan Baumeister, 2011). Analisis diatas membuktikan bahwa perilaku seksual tidak dipengaruhi oleh kesepian karena banyak faktor yang mempengaruhinya.

Tidak terbuktinya hipotesis dalam penelitian juga dapat diakibatkan karena variabel dalam penelitian diduga merupakan variabel mediator yaitu variabel yang menjembatani dua hubungan antar variabel (Widhiarso, 2010). Kesepian dalam hal ini merupakan mediator dari penghargaan diri, dan dukungan sosial yang memiliki hubungan lebih kuat pengaruhnya terhadap perilaku seksual remaja sehingga hasil penelitian yang didapatkan tidak signifikan (Klein, 2007).

Berdasarkan uji hipotesis untuk hipotesis ketiga, diperoleh nilai $r_{x2y} = 0,206$; $p=0,044$ ($p < 0,05$) . Hasil ini menunjukkan bahwa stress berhubungan secara signifikan dengan perilaku seksual. Hubungan stres dengan perilaku seksual berada pada tingkat rendah. Dengan demikian, secara parsial terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres dengan perilaku seksual. Semakin tinggi stres yang dimiliki maka perilaku seksual yang dimiliki akan tinggi. Demikian juga sebaliknya, semakin rendah stres yang dimiliki maka perilaku seksual yang dimiliki akan rendah. Friedlander (2013) memaparkan remaja merupakan masa-masa dimana akan mengalami stres yang berat terutama selama masa pubertas, dan konflik itu sering disebabkan karena beberapa hal yang terjadi sebagai pencetusnya. Fisik, mental, kondisi rumah dan sekolah, lingkungan dan sebagai peran remaja itu sendiri dan stres memegang peranan penting dalam kasus kenakalan remaja (Foljanty-Jost, 2003).

Hasil uji korelasi parsial ini sama dengan hasil penelitian Wade dan Pevalin (2005) yang menyebutkan bahwa perilaku kenakalan atau penyimpangan yang dilakukan oleh remaja salah satu faktornya yaitu mereka yang mengalami stres yang berat. Stres yang tidak dapat dikelola dengan baik akan berdampak negatif pada individu yang mengalaminya yaitu melakukan perilaku seksual yang merupakan salah satu bentuk dari kenakalan remaja. Hal ini yang kemudian menjadikan motif pendorong remaja dalam pelarian diri serta pembelaan diri yang irrasional.

Berdasarkan pemaparan hasil analisis dan pembahasan diatas, penelitian ini telah mampu membuktikan hipotesis ketiga yaitu adanya hubungan antara stres dengan perilaku seksual pada remaja sehingga diharapkan hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi SMK X Surakarta untuk memberikan pengajaran mengenai pengetahuan seks yang benar dan mengenai perilaku seksual berikut dampak-dampaknya untuk menekan tingkat perilaku seksual pada siswa dengan cara meminimalisir stres yang dirasakan siswa. Penelitian ini memiliki beberapa kekurangan antara lain kecilnya presentase sumbangan yang diberikan kesepian dan stres terhadap perilaku seksual yaitu hanya sebesar 4,8%, dan sisanya 95,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan :

1. Tidak terdapat hubungan antara kesepian dan stres dengan perilaku seksual pada remaja di SMK X Surakarta.
2. Tidak terdapat hubungan antara kesepian dengan perilaku seksual pada remaja di SMK X Surakarta.
3. Terdapat hubungan antara stres dengan perilaku seksual pada remaja di SMK X Surakarta.
4. Persentase sumbangan pengaruh yang diberikan kesepian dan stres secara bersama-sama terhadap perilaku seksual

adalah sebesar 4,8 % sedangkan sisanya yaitu 95,2 % dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel yang digunakan di dalam penelitian ini. Besarnya sumbangan efektif kesepian dengan perilaku seksual sebesar 0,74% dan sumbangan efektif stres dengan perilaku seksual sebesar 4,05%.

B. Saran

1. Bagi siswa

Para siswa SMK X Surakarta yang memiliki perilaku seksual yang rendah diharapkan mampu meningkatkan kontrol diri terhadap dorongan seksual, sedangkan para siswa yang memiliki perilaku seksual yang sedang dan tinggi dapat mengalihkan dorongan seksual dengan cara melakukan kegiatan yang lebih positif seperti melakukan hobi yang bermanfaat, mengikuti ekstrakurikuler sesuai minat seperti bidang olahraga atau seni, belajar untuk akademis, maupun beribadah sehingga siswa dapat menghindari melakukan perilaku seksual.

2. Bagi sekolah

Pihak sekolah sebaiknya dalam hal ini dapat memberdayakan guru Bimbingan Konseling untuk memberikan pelatihan pengembangan diri sehingga diharapkan dapat mengatasi kejenuhan-kejenuhan yang dialami siswa. Selain itu guru BK juga perlu memberikan pengetahuan seks agar para siswa mendapatkan informasi yang benar tentang kehidupan

seks, sehingga diharapkan dengan pemberian pengetahuan seks di sekolah, para siswa mendapatkan informasi yang benar mengenai seksualitas serta memahami dampak dari perilaku seksual.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti-peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan penelitian dengan topik yang sama, disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian agar dapat meningkatkan kualitas penelitian, misalnya dengan mengganti variabel yang lebih sesuai dan mengganti subjek penelitian sehingga hasil penelitian mendukung hipotesis yang telah ditegaskan.

DAFTAR PUSTAKA

- Albani, A. 2013. *Kenakalan Remaja Sudah Darurat!*. <http://kesehatan.kompasiana.com/kejiwaan/2013/03/15/rehabilitasi-kenakalan-anak-remaja-543011.html>. Diakses 2 Juni 2014.
- Andri. 2011. *Respons Stres yang Membunuh Kita*. <http://health.kompas.com/read/2011/05/03/1049277/Respon.Stres.yang.Membunuh.Kita>. Diakses 2 Juni 2014.
- Ariandhita. 2011. *General Health: Stres pada Remaja Dinilai Lebih Berbahaya*. <http://www.medicalera.com/3/15982?thead=15982>. Diakses 2 Juni 2014.
- Arikunto, S. 2007. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Arnett, J. J. 1999. Adolescent Storm and Stress, Reconsidered. *American Psychologist*. Vol 54, No. 5, 317-326.

- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., dan Bem, D. J. 2010. *Pengantar Psikologi, Jilid 2*. Tangerang: Interaksara.
- Azwar, S. 2010. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2010. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R. A. dan Byrne, D. 2005. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Burns, D. D. 1988. *Intimate Connections*. Jakarta: Erlangga.
- Chaplin, J. P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Chen, Y & Feeley, T. H. 2013. Social support, social strain, loneliness, and well-being among older adults: An analysis of the Health and Retirement Study. *Journal of Social and Personal Relationships*. Vol. 31 No. 2 page: 141-161.
- Crockett, L. J., Raffaelli, M., dan Moilanen, K. L. 2003. *Adolescent Sexuality: Behavior and Meaning*. United States: Blackwell Publishing, 371-392.
- Dacey, J. dan Kenny, M. 1997. *Adolescent Development* (second edition). USA : Times Mirror Higher Education Group Inc.
- Darmasih, R. 2009. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seks Pranikah pada Remaja SMA di Surakarta. *Skripsi*. Tidak Diterbitkan. Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Drapeau, A., Marchand, A., dan Beaulieu-Prevost, D. 2012. *Epidemiology of Psychological Distress, Mental Illnesses - Understanding, Prediction and Control*, Prof. Luciano LaBate. Europe: InTech.
- Draper, N.R. dan Smith, H. 1998. *Applied Regression Analysis* (third edition). New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Fatturochman. 1992. Sikap dan Perilaku Seksual Remaja di Bali. *Jurnal Psikologi*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran.
- Foljanty-Jost, G. 2003. *Juvenile Delinquency in Japan*. Netherlands: Koninklijke Brill NV.
- Fog, A. 1999. *Cultural Selection*. Denmark: Kluwer Academic Publisher.
- Friedlander, K. 2013. *A Psycho-Analytical Approach to Juvenile Delinquency*. USA: Routledge.
- Gentry, J.H dan Campbell, M. 2002. *A Reference for Professionals Developing Adolescents*. USA: American Psychological Association.
- Griffin, J. 2010. *The Lonely Society*. England: Mental Health Foundation.
- Hayden, D. 2006. *An Overview of Sex Addiction*. <http://psychcentral.com/lib/an-overview-of-sex-addiction/000521>. Diakses 3 Juni 2014.
- Hindrayani, A dan Totalia, S.A. 2010. *Teknik Pengolahan Data*. Surakarta: UNS Press.
- Hurlcok, E. B. 2008. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jahja, Y. 2011. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Ibung, D. 2008. *Stres Pada Anak*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Johnson, S. B., Dariotis, J. K., dan Wang, C. 2012. Adolescent Risk-Taking Under Stressed and Non-Stressed Conditions: Conservative, Calculating and Impulsive

- Types. *Journal of Adolescent Health*. Vol. 51, No. 2, S34-S40.
- Kartono, K. 2008. *Patologi sosial 2: Kenakalan Remaja*. Bandung: PT Raja Grafindo Persada.
- Klein, T.M. 2007. Adolescent Pregnancy and Loneliness. *Public Health Nursing*. Vol. 15, No. 5, 338-347.
- Kotchik, B. A., Shaffer, A., Forehand, R., dan Miller, K. S. 2011. Adolescent Sexual Risk Behavior: A Multi-System Perspective. *Clinical Psychology Review*. Vol. 21, 493-519.
- Levenstein. 1993. Development of The Perceived Stress Questionnaire. *Journal of Psychosomatic Research*. Vol. 37, No. 1, pp. 19-32.
- Miracle, T.S., Miracle, A.W., dan Baumeister, R.F. 2003. *Human Sexuality: Meeting Your Basic Needs*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Monks, F. J. dan Knoers, A. M. P. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Moore, D., dan Schultz, N. R. 1983. Loneliness at Adolescence: Correlates, Attributions, and Coping. *Journal of Youth and Adolescence*. Vol. 12, 95-100.
- Nisa, A. 2012. *Psikopatologi Pada Remaja*. <http://perilaku-menyimpang.blogspot.com/2012/09/psikopatologi-pada-remaja.html>. Diakses 2 Juni 2014.
- Novitriani, S. 2013. *Kelola Stres dengan Benar*. <http://kalsel.bkkbn.go.id/Lists/Artikel/DispForm.aspx?ID=474&ContentTypeId=0x01003DCABABC04B7084595DA364423DE7897>. Diakses 2 Juni 2014.
- Papalia, D.E., Old, S.W., dan Feldman, R.D. 2009. *Human Development: Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Peplau, L.A dan Perlman, D. 1982. *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*. New York: John Wiley & Sons.
- Priyatno, D. 2008. *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- _____. 2012. *Belajar Cepat Olah Data Statistik dengan SPSS*. Yogyakarta: Penerbit Abadi.
- _____. 2013. *Mandiri Belajar Analisis Data dengan SPSS*. Yogyakarta: Mediakom.
- Rubin, K. H., Bukowski, W. M., Parker, J. G., & Bowker, J. C. 2008. *Peer Interactions, Relationships, and Groups: Child and Adolescent Development: An Advanced Course*. New York: Wiley.
- Russel, D. W. 1996. UCLA Loneliness Scale Version -3: Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assessment*. Vol. 66, No. 1, 20-40.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolescence*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. 2010. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Pustaka.
- Schantz, K. 2012. *Substance Use and Sexual Risk Taking in Adolescence*. New York: Cornell University.
- Soejoeti, S. Z. 2001. Perilaku Seks di Kalangan Remaja dan Permasalahannya. *Media Litbang Kesehatan*. Vol. 11, No. 1.
- Soetjiningsih, C. H. 2008. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Pranikah

- pada Remaja. *Disertasi*. Tidak diterbitkan. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada.
- Soetjiningsih. 2008. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Stickley, A., Koyanagi, A., Koposov, R., Schwab-Stone, M., dan Ruchkin, V. 2014. Loneliness and Health Risk Behaviours among Russian and U.S. Adolescents: a Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*. No. 14.
- Sugiyono. 2009. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- _____. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. 2005. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Vohs, K.D. dan Baumeister, R.F. 2011. *Handbook of Self-Regulation*. New York: Guilford Press.
- Wade, T. J dan Pevalin, D. J. 2005. *Adolescent Delinquency and Health. Canadian Journal of Criminology and Criminal Justice*. Vol 47, No. 4, 619-654.
- Walker, J. 2005. *Adolescent Stress and Depression*. United States: University of Minnesota.
- Wallander, J.L., Thompson, Jr., Robert, J., Alriksson-Schmidt, A.R., dan Michael, C. 2003. *Psychosocial Adjustment of Children with Chronic Physical Conditions, Handbook of Pediatric Psychology* (third edition). New York: Guilford Press.
- Wedge, F. 1989. *Mengatasi Rasa Kesepian*. Bogor: Mardi Yuana.
- Widhiarso, W. 2010. *Berkenalan dengan Analisis Mediasi: Regresi dengan Melibatkan Variabel Mediator (Bagian Pertama)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Zahra, R. P. 2005. *Lingkungan Keluarga dan Peluang Munculnya Masalah Remaja*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.