

**RANCANGAN INTERVENSI UNTUK MENINGKATKAN
REGULASI DIRI TERHADAP PERILAKU SEKSUAL
PRANIKAH PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA DI KOTA LHOKSEUMAWE**

Oleh:
Rini Julistia
190420150020

TESIS

**Untuk memenuhi Salah Satu Syarat Usulan Penelitian
Guna Memperoleh Gelar Magister Profesi Psikologi
Program Studi Magister Profesi Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran
Pendalaman Psikologi Sosial**



**MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PADJAJARAN
JATINANGOR
2018**

ABSTRAK

Pergaulan remaja saat ini membuat kekhawatiran tersendiri bagi masyarakat, karena tidak jarang remaja sering terjerumus dalam perbuatan yang dapat melanggar batas-batas nilai, moral yang mengarah kepada kenakalan remaja yaitu perilaku seksual pranikah. Salah satu cara untuk mencegah perilaku seksual pranikah adalah dengan regulasi diri, yang terdiri dari tiga fase yaitu *forethought* (yang terdiri dari *taks analysis* dan *self-motivation belief*), *performance* (yang terdiri dari *self-contro* dan *self-observation*), *self-reflection* (yang terdiri dari *self-judgment* dan *self-reaction*) (Zimmerman, 2000). Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah. Setelah mendapatkan gambaran regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah, maka disusun rancangan intervensi yang dapat meningkatkan regulasi diri terhadap perilaku seksual pranikah pada siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Lhokseumawe.

Untuk memperoleh gambaran regulasi diri, metode penelitian yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan analisis deskriptif yang bertujuan untuk membuat suatu deskripsi atau gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta yang digunakan sebagai dasar pembuatan intervensi. Data diperoleh melalui kuisioner “Regulasi Diri Terhadap Perilaku Seksual pranikah”. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 290 orang siswa yang diperoleh berdasarkan metode cluster random sampling yang sesuai dengan karakteristik dan dianggap mewakili siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Lhokseumawe.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Lhokseumawe memiliki regulasi diri yang rendah (58%), artinya sebagian siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Lhokseumawe belum mampu mengatur dirinya untuk mencapai tujuannya. Hal ini dikarenakan siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Lhokseumawe belum mampu menyusun tujuan dan strategi dalam mencegah perilaku seksual pranikah, belum mampu memotivasi diri, belum mampu mengontrol diri, belum mampu melakukan pemantaua serta belum mampu melakukan evaluasi dalam mencegah perilaku seksual pranikah.

Berdasarkan hasil penelitian, rancangan program intervensi yang dapat meningkatkan regulasi diri dalam mencegah perilaku seksual pranikah adalah berupa pelatihan (*training*) dengan menerapkan prinsip *experiential learning* dan metode *role play*. Intervensi dibagi kedalam tiga tahap sesuai dengan konsep teori (Zimmerman,2000). Tahap pertama *forethought phase*, memberikan pengetahuan mengenai perilaku seksual pranikah, mampu menyusun tujuan dan strategi serta memotivasi diri dalam mencegah perilaku seksual pranikah. Tahap kedua *performance phase*, menerapkan hasil belajar pada tahap pertama dengan metode *role play*. Tahap ketiga *self-reflection phase*, memberikan pengetahuan dan melakukan evaluasi terhadap adegan yang dilakukan pada tahap kedua.

Kata Kunci: Regulasi diri, Perilaku Seksual Pranikah, Siswa Sekolah Menengah Pertama

ABSTRACT

Nowdays, teenagers life has caused worries in society because they often fall into action that break the boundaries of moral values and their action lead to juvenile delinquency, such as premarital sexual behavior. One ways to prevent premarital sexual behavior is by self-regulation, which is consisting three phases of forethought (consisting of tax analysis and self-motivation belief), performance (consisting of self-control and self-observation), self-reflection (which consists of self-judgment and self-reaction) (Zimmerman, 2000). This study aims to know self-regulation in teenagers toward premarital sexual behavior. After obtaining it, researcher make intervention program that could be improve self-regulation of premarital sexual behavior in Junior High School students in Lhokseumawe.

This research method is quantitative analysis with descriptive analysis which aims to create a description systematically, factually and accurately about facts used as basis for making intervention. Data obtained through questionnaire "Self Regulation Against Premarital Sexual Behavior". The participants were found by cluster random sampling method with specific characteristic and amounted 290 students as representing Junior High School students in Lhokseumawe.

The results showed that most junior high school students in Lhokseumawe had low self-regulation (58%), that mean some of the students of Junior High School in Lhokseumawe had not been able to arrange themselves to achieved their goals. And it caused the poor strategies to prevent premarital sexual behavior, to motivated themselves, to control, monitor, and evaluated themselves in prevented premarital sexual behavior.

Based on that result, researcher make intervention programme to increase self-regulation in teenagers to preventing premarital sexual behavior which is training use experiential learning through role play method. Intervention are divided into three stages according to the concept of theory (Zimmerman, 2000). The first stage is forethought phase, it aims to provide knowledge about premarital sexual behavior, able to develop goals and strategies and self-motivate in preventing premarital sexual behavior. The second phase is performance phase, it aims to applying the learning outcomes in the first stage with the role play method. The third stage of the self-reflection phase, it aims to providing knowledge and evaluation of the scene performed in the second stage.

Keywords: Self regulation, Premarital Sexual Behavior, Junior High School Students