

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self Control*

1. Definisi *Self Control*

Self control diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif.¹*Self control* juga diartikan sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah-laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.²*Self control* merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologi yang negatif dari *stressor-stressor* lingkungan.³

Ketika berinteraksi dengan orang lain, seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya, yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan interaksinya dari akibat negatif yang disebabkan karena respon yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuan yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar.⁴ Hurlock menyebutkan tiga kriteria emosi, yaitu:

- a) Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial.

¹ Evi Aviyah dan Muhammad Farid, "Religiusitas, Kontrol Diri, dan Kenakalan Remaja", *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 3 No. 02 (Mei 2014), 127.

² J.P. Caplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, terj. Dr. Kartini Kartono, (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2000), 450.

³ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita S., *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2017), 21.

⁴ *Ibid.*, 24.

- b) Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- c) Dapat menilai situasi secara kritis sebelum merespon dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

Kontrol diri individu sendiri yang menyusun standar bagi kinerjanya dan menghargai atau menghukum dirinya bila berhasil atau tidak berhasil mencapai standart tersebut. Kontrol eksternal orang lainlah yang menyusun standart dan memberi ganjaran atau hukuman. Tidak mengherankan bila kontrol diri dianggap sebagai suatu keterampilan berharga.⁵

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Dalam perilaku seksual dorongan-dorongan itu dapat berupa mulai dari *touching*, *kissing* hingga *sexual intercourse*. Kesulitan dan gangguan seperti perilaku seksual terhadap lawan jenis bersumber dari rendahnya kontrol diri. Seksualitas sendiri merupakan istilah luas yang mencakup banyak aspek dari cara individu menjalin hidup sebagai makhluk seksual. Seksualitas meliputi perilaku seksual, perasaan, identitas gender, peran, orientasi seksual, dan reproduksi.⁶ Seksualitas sulit didefinisikan karena seksualitas memiliki banyak aspek kehidupan kita dan diekspresikan melalui beragam perilaku. Seksualitas adalah istilah luas yang membahas berbagai aspek dalam kehidupan seksual individu, salah satunya perilaku seksual. Seksualitas bukan semata-mata bagian intrisik dari seseorang, melainkan juga meluas sampai berhubungan dengan orang lain.

⁵ Ibid.

⁶ Feriyani dan Fitri, "Perilaku Seksual Pra Nikah ditinjau dari Intensitas Cinta dan Sikap Terhadap Pornografi pada Dewasa Awal", *Jurnal Psikologi*, (2011), 11.

Keintiman dan kebersamaan fisik merupakan kebutuhan sosial dan biologis sepanjang kehidupan.⁷ Aktifitas seksualitas (hubungan badan, sanggama, *sexual intercourse*) telah dikenal oleh manusia sejak zaman purba karena menjadi salah satu kebutuhan biologis manusia. Hal tersebut merupakan naluri sebagian besar makhluk hidup yang muncul setelah mencapai tingkat kematangan seksual (*sexual maturation*). Meski bersifat naluri, hubungan seksual yang dilakukan manusia ada tata cara yang normal, sehat, dan beretika. Ada tata aturan yang harus dipatuhi, misalnya harus didahului akad nikah dengan berbagai aturan yang menyertainya, diantaranya ditempat yang pantas dan tidak dipertontonkan, dengan pasangan yang tetap dan sah, tidak sedang haid (menstruasi), dan sebagainya.⁸

Di negara Indonesia, berlaku norma sosial dan agama untuk mengontrol perilaku individu. Shaw dan Constanzo dalam buku teori psikologi mengemukakan bahwa dalam mengatur kesan ada beberapa elemen penting yang harus diperhatikan, yaitu konsep diri dan identitas sosial. Asumsi dalam teori membentuk kesan bahwa seseorang termotivasi untuk membuat dan memelihara harga diri setinggi mungkin sehingga berusaha mengatur kesan diri, sedemikian rupa untuk menampilkan identitas sosial yang positif.⁹

Dari definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *self control* adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar agar tidak berperilaku yang dapat merugikan orang lain, sehingga sesuai dengan norma sosial dan dapat diterima oleh masyarakat.

2. Jenis dan Aspek *Self Control*

⁷ Sulistyono Andarmoyo, *Psikoseksual dalam Pendekatan konsep dan keperawatan*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), 15.

⁸ Kolaborasi antara ulama dan para pakar sains, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'an: SEKSUALITAS dalam Prespektif Al-Qur'an dan Sains*, (Jakarta: Widya Cahaya, 2015), 55.

⁹ *Ibid.*, 25.

a) Kontrol Perilaku (*Behavior control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersediannya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kontrol perilaku mengarah pada pengendalian diri pada suatu keadaan, perilaku seksual terhadap lawan jenis, Kinsey menjelaskan “tingkah laku individu yang dilakukan dari adanya stimulus internal seperti hasrat seksual yang dapat ditinjau dari tahapan perilaku seksual mulai *touching*, hingga *sexual intercourse*”.¹⁰ Perilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenis, maupun dengan sesama jenis. Bentuk tingkah laku ini bermacam-macam, mulai dari perasaan tertarik sampai tingkah laku berkencan, bercumbu, hingga bersenggama. Perilaku seksual juga dapat diartikan melibatkan sentuhan secara fisik anggota badan antara wanita dan pria mulai dari berpegangan tangan hingga hubungan intim. Perilaku seksual ini perlu adanya kontrol perilaku. Tahapan perilaku seksual ada empat, yaitu:¹¹

- 1) Bersentuhan (*touching*), mulai dari berpegangan tangan sampai berpelukan dengan pasangan.
- 2) Berciuman (*kissing*), mulai dari ciuman singkat hingga ciuman bibir dengan memainkan lidah (*deep kissing*) pasangan. Sentuhan yang terjadi antara dua bibir manusia yang diikuti hasrat seksual.
- 3) Bercumbu (*peeting*), menyentuh bagian yang sensitif dari tubuh pasangan dan mengarah pada pembangkitan gairah seksual pasangan. Menggesek- gesek atau menempel alat kelamin tapi belum sampai melakukan kontak seksual.

¹⁰ Sigmund Freud, *Manifesto Seksualitas*, (t.tp: Titah Surga, 2004), 50.

¹¹ S. Soejoti, “Perilaku Seks di Kalangan Remaja dan Permasalahannya”, *Media Litbang Kesehatan*. 11 (2001), 31-32.

- 4) Berhubungan kelamin (*sexual intercourse*), melakukan kontak kelamin (penetrasi penis ke vagina).

Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus. Kemampuan mengatur pelaksanaan adalah kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Sedangkan kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.¹²

b) Kontrol Kognitif (*Cognitive control*)

Merupakan kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian.

Dari kontrol kognitif, perihal seksualitas individu dapat mengetahui, memberi pertimbangan, dan menilai terkait bagaimana pendapat tentang seksualitas dan film porno, memikirkan untuk menentukan diterima atau tidak informasi yang individu dapatkan.

Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha

¹² Ibid., 29.

menilai dan menafsirkan peristiwa dengan cara memperhatikan segi positif secara subjektif.¹³

c) Mengontrol Keputusan (*Decesional control*)

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsinya, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.¹⁴

Dalam mengontrol keputusan terkait seksualitas, individu dapat memutuskan untuk menonton atau tidak film porno, menentukan frekuensi dan durasi menonton, memutuskan untuk melakukan atau tidak aktivitas seksual berupa *touching* hingga *sexual intercourse*. Individu dapat mengantisipasi peristiwa yang tidak diinginkan dengan kontrol keputusan.

Kemampuan mengontrol diri tergantung dari ketiga aspek diatas, kontrol diri ditentukan oleh seberapa jauh aspek itu mendominasi atau terdapat kombinasi dari beberapa aspek dalam mengontrol diri.

3. Faktor- Faktor yang Memengaruhi *Self Control*

a) Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap *self control* adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Individu lebih dapat mengontrol peristiwa atau informasi yang diterimanya perlu dilakukan atau tidak.

b) Faktor Eksternal

¹³ Ibid., 30.

¹⁴ Ibid., 31.

Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.¹⁵ Bila orangtua mengontrol anak atau menerapkan disiplin secara intens sejak dini dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

B. Mahasiswa

Secara umum, mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, institut, maupun akademi. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, definisi mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Setelah menyelesaikan pendidikan di bangku sekolah, sebagian siswa ada yang menganggur, mencari pekerjaan, atau melanjutkan pendidikan ke tingkat perguruan tinggi.¹⁶

Dalam proses perkembangan individu, mahasiswa telah memasuki fase dewasa awal. Kehidupan manusia mengalami fase-fase perkembangan, mulai dari fase perkembangan, pematangan, pranatal (sebelum kelahiran), pascanatal (sesudah kelahiran), pertumbuhan dan perkembangan itu terus bergerak maju sejalan dengan perjalanan waktu dengan tempo yang berbeda. Fase pertumbuhan dan perkembangan itu meliputi aspek fisik dan psikis yang selaras dan seimbang pada manusia normal.¹⁷

Bagi kebanyakan individu, menjadi orang dewasa melibatkan periode transisi yang panjang. Masa ini ditandai oleh eksperimen dan eksplorasi. Pada titik ini dalam

¹⁵ Ibid., 32.

¹⁶ Ardi Widayanto, *Karakteristik Prestasi Akademik Mahasiswa Aktif Organisasi Intra Kampus di Fakultas Ilmu Sosial dan Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*, (Yogyakarta: UNY, 2012), 21.

¹⁷ Kolaborasi antara ulama dan para pakar sains, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'an: SEKSUALITAS dalam Perspektif Al-Qur'an dan Sains*, (Jakarta: Widy Cahaya, 2015), 17.

perkembangan dewasa awal, individu ingin menjadi seperti apa, dan gaya hidup seperti apa yang mereka inginkan; hidup melajang, hidup bersama atau menikah.¹⁸

Selama masa dewasa, dunia sosial dan personal dari individu menjadi lebih luas dan kompleks dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya. Menurut Erickson dalam Psikologi perkembangan Desmita mengatakan tantangan utama dewasa awal adalah perkembangan keintiman, keintiman biasanya menuntut perkembangan seksual yang mengarah pada perkembangan hubungan seksual dengan lawan jenis yang ia cintai, yang dipandang sebagai teman berbagi suka dan duka.¹⁹

Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal. Mahasiswa merupakan individu yang berumur 19-28 tahun dimana pada usia tersebut mengalami transisi dari tahap remaja akhir menuju ke tahap dewasa awal.²⁰ Pada tahapan ini, individu dituntut untuk membangun hubungan (*intimacy*) yang lebih intim dengan lawan jenis. Tugas perkembangan yang lain pada dewasa awal dipusatkan pada harapan-harapan masyarakat dan mencakup mendapat suatu pekerjaan, memilih seorang teman hidup, belajar hidup bersama suami atau istri, dan sebagainya. Individu yang tidak dapat membuat komitmen personal yang baik, cenderung mengisolasi diri atau menarik diri dari lingkungan.²¹

Mahasiswa adalah individu yang telah melewati masa remaja dan sedang menuju dewasa awal, yaitu perubahan mendasar dalam kehidupan mereka. Pada fase remaja puncak kekuatan fisik dicapai oleh manusia dan dorongan-dorongan syahwat sangat deras bersamaan dengan terjadinya kematangan secara seksual pada fase dewasa awal. Sejak fase tersebut manusia mempunyai konsekuensi terhadap semua

¹⁸ John W. Santrock, *Life-Span Development: Perkembangan Masa-Hidup Edisi Ketigabelas Jilid 2*, terj. Benedictine Widyasinta, (t.tp: Erlangga, 2012), 6.

¹⁹ Desmita, *Psikologi*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya: 2015), 244.

²⁰ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*, terj. Istiwidayanti, et. al., (Jakarta: Erlangga), 246.

²¹ *Ibid.*, 252.

perbuatan di hadapan Allah. Tak satupun tindakan yang tidak memiliki implikasi hukum (nilai), dan akan terakumulasi hingga akhir hayat. Individu akan mempertanggung jawabkan apa saja yang dilakukannya sejak hari pertaman balig hingga meninggal dunia.²²

Salah satu tantangan dalam mencapai tujuan dan menemukan kedudukan dirinya dalam kehidupan ialah merealisasikan tugas perkembangan dewasa awal. Tugas perkembangan dewasa awal ialah mulai mencari dan menemukan pasangan hidup, membangun hubungan atau kedekatan dengan lawan jenis dengan menentukan kriteria, usia, pendidikan, pekerjaan, suku bangsa tertentu, sebagai prasyarat pasangan hidupnya. Pada tahapan ini, individu telah memiliki kematangan seksual dan sudah mampu untuk melakukan tugas reproduksi dengan lawan jenis.²³

C. Pornografi

1. Definisi Pornografi

Pornografi dari bahasa Yunani secara harfiah adalah tulisan tentang atau gambar tentang pelacur (kadang kala juga disingkat sebagai porn, pron, atau porno) adalah penggambaran tubuh manusia atau perilaku seksual manusia secara terbuka (*eksplisit*).²⁴ Dapat dikatakan pornografi adalah penggambaran tingkah laku secara erotis dengan lukisan atau tulisan yang bertujuan membangkitkan hasrat seksual, bahan bacaan yang sengaja dirancang untuk membangkitkan hasrat

²² Kolaborasi antara ulama dan para pakar sains, *Mengenal Ayat-Ayat Sains dalam Al-Qur'an: SEKSUALITAS dalam Prespektif Al-Qur'an dan Sains*, (Jakarta: Widya Cahaya, 2015), 21-22.

²³ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima*, terj. Istiwidayanti, et. al., (Jakarta: Erlangga), 246.

²⁴ Apriadi Tamburaka, "Cerdas Bermedia Khalayak Media Massa", *Literasi Media*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2013), 229.

seksual.²⁵Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2008

Pasal 1 Ayat (1) tentang pornografi, menyatakan:

Pornografi didefinisikan sebagai gambar, sketsa, ilustrasi, foto, tulisan, suara, bunyi, gambar bergerak, animasi, kartun, percakapan, gerak tubuh, atau bentuk pesan lainnya melalui berbagai bentuk media komunikasi dan/ atau pertunjukan di muka umum, yang memuat kecabulan atau eksploitasi seksual yang melanggar norma kesusilaan dalam masyarakat.²⁶

Hal-hal yang berusaha untuk merangsang dorongan seks dengan tulisan atau gambar. Pengaruhnya cepat meluas terutama pada remaja dan dewasa awal yang berada pada masa pubertas. Hal ini bisa berakibat menimbulkan krisis moral dikalangan remaja itu, terutama jika dasar-dasar agama kurang dilatih sejak kecil.

Pada era kemajuan informasi dan teknologi modern pornografi semakin maju pesat. VCD porno dan situs-situs porno di internet amat membahayakan yang menontonnya. Sedangkan kejahatan pornografi melalui internet lebih menyeramkan lagi karena adegannya lebih berbahaya. Maka dari itu jika anak kecanduan dengan hal tersebut akan sangat membahayakan perkembangan dan sosial anak.²⁷

Pornografi dapat diakses melalui berbagai macam media, Penelitian ini berfokus pada salah satu media yang paling umum digunakan dalam mengkonsumsi pornografi yaitu film porno. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pornografi adalah segala bentuk adegan, gambar, tulisan, suara yang bersifat vulgar dan dapat menimbulkan rangsangan seksual.

2. Dampak Negatif Pornografi

²⁵ KBBI Edisi Kelima. (2018).

²⁶Undang-Undang Republik Indonesia Pasal 1 No. 44 tahun 2008 tentang Pornografi, Jakarta: Sinar Grafika, 2013.

²⁷ Sofyan S. Willis, *Remaja dan Masalahnyai*, (Bandung: IKAPI, 2005), 28-29.

Media masa terkhususnya internet yang mengandung unsur pornografi yang saat ini banyak berkembang telah menjadi referensi pengetahuan dan pemahaman anak, juga telah menjadi sumber pembelajaran utama mengenai seks dan kehidupan seksual. Seperti gaya hidup seks bebas, yang banyak terjadi di internet perlahan membentuk remaja menjadi pribadi yang terobsesi secara seksual.

Dampak menonton film porno terhadap perilaku anak adalah terjadinya peniruan yang memprihatinkan. Peristiwa dalam film, merangsang dan memotivasi anak untuk meniru dan mempraktekan hal yang dilihatnya, akibatnya anak menjadi semakin pesimis terhadap perilaku dan norma yang ada. Mata adalah kunci pembuka kerusakan otak anak akibat pornografi, kerusakan ini kemudian membuat sang anak tidak dapat berpikiran jernih, kemudian efek tersebut berkemungkinan besar mempengaruhi tabiat dan perilaku ke arah negatif. Hal ini disebabkan karena pada dasarnya sesuatu yang berbau pornografi bertujuan untuk merangsang hasrat seksual pembaca atau penonton. Karena itu efek yang dirasakan orang yang menyasikan atau membaca pornografi adalah terbangkitnya dorongan seksual.²⁸

Dalam hal ini, yang perlu diperhatikan adalah dampak pornografi pada anak. Hasil penelitian yang pernah dilakukan oleh Erna pada Pengaruh Media Internet Terhadap Perilaku Menyimpang Remaja di SMAN 1 Maros, mengatakan bahwa responden yang terangsang telah menonton film porno sebesar 84,4% dan sebanyak 2,2% berakhir dengan melakukan hubungan seksual dan 31,5% melakukan onani/masturbasi. Dari 92% responden yang terangsang oleh pornografi sebesar 90,2% terangsang karena adegan seks dalam film. Pornografi menyebabkan dorongan seksual tinggi pada remaja laki-laki sebesar 50,1% dan

²⁸ Evawani Elysa Lubis, *Remaja dan Pornografi: Paparan Pornografi dan Media Massa dan Pengaruhnya Terhadap Perilaku Siswa pada Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 25 Kota Pekanbaru*, (Skripsi: Ilmu Komunikasi FISIP Univ Riau Pekanbaru, 2014), 4.

pada perempuan sebesar 5,1%. Ini membuktikan terpaan pornografi khususnya dalam bentuk video mempunyai pengaruh yang besar terhadap perilaku seksual. Dampak menyaksikan televisi atau apapun media informasi visual yaitu pada persepsi, nilai-nilai, dan perilaku orang. Dimana persepsi yang sudah dibentuk oleh media akan berdampak kepada perilaku khalayak.²⁹

²⁹ Erna Dusra, *Pengaruh Media Internet Terhadap Perilaku Menyimpang Remaja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Maros*, (Skripsi: UIN Alauddin Makasar, 2017), 39-41