

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisi uraian mengenai hal-hal yang mendasari penelitian, yaitu: latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, serta manfaat penelitian.

A. Latar Belakang

Usia 18-25 tahun dikategorikan Arnett (2013) sebagai masa dewasa awal (*emerging adulthood*), yaitu masa transisi remaja ke dewasa. Pada masa ini, terjadi proses pemahaman dan eksplorasi mengenai zona nyaman yang tercermin dalam upaya individu untuk mengeksplorasi berbagai pilihan jalur karir yang ingin diambil, serta dalam keinginan untuk menjalani kehidupan sendiri, hidup bersama pasangan, atau menikah. Masa dewasa awal (*emerging adulthood*) merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh usaha individu untuk mencapai kemandirian serta mengurangi ketergantungan pada orang tua secara total. Selama periode ini, individu juga melakukan eksplorasi berbagai kemungkinan dalam hidup sebelum akhirnya mengambil keputusan yang mengikat (Arnett, 2013).

Pada masa dewasa awal, fokus perhatian individu juga telah bergeser ke arah hubungan yang lebih intim dan serius (Arnett, 2000). Saat ini, mereka dihadapkan pada tugas perkembangan penting yaitu membentuk hubungan yang intim dengan orang lain, termasuk pemilihan pasangan hidup (Hurlock, 2004). Oleh karena itu, mayoritas aktivitas seksual pada periode ini biasanya terjadi dalam konteks hubungan komitmen (Halpern dkk., 2014).

Meskipun demikian, saat ini para individu dewasa cenderung menunda pernikahan dalam jangka waktu yang lebih panjang daripada generasi sebelumnya, serta cenderung banyak terlibat dalam hubungan seks di luar ikatan pernikahan (Halpern dkk., 2014). Kesesuaian dengan pernyataan tersebut didukung oleh data yang menunjukkan bahwa jumlah pernikahan di Indonesia mengalami penurunan yang signifikan setelah tahun 2011, dan tren ini berlanjut hingga mencapai titik terendah pada tahun 2021 (Annur, 2022).

Pada kenyataannya, banyak dampak yang dapat muncul dari pilihan hidup melajang, salah satunya permasalahan biologis yang berkaitan dengan

penyaluran hasrat seksual. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2017 yang dilakukan setiap 5 tahun juga menyatakan sekitar 2% remaja wanita berusia 15-24 tahun dan 8% remaja pria di usia yang sama mengakui telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah (Novrizaldi, 2021). Hal ini menunjukkan banyaknya kaum muda di Indonesia yang memilih melakukan hubungan seksual di luar ikatan pernikahan sebagai alternatif dalam pemenuhan kebutuhan seksualnya.

Tren hubungan *Friends with Benefits* (FWB) telah menjadi alternatif yang populer bagi anak muda untuk memenuhi kebutuhan seksual mereka (Kompas.com, 2022). Perkembangan pola hubungan FWB saat ini telah dipandang sebagai bentuk alternatif yang diwajarkan (Suharti, 2022). *Friends with Benefits* (FWB) merupakan sebuah istilah yang mengacu pada dua individu yang merupakan teman dan sesekali terlibat dalam hubungan seksual (García dkk., 2021). Pola hubungan FWB muncul pada abad ke-20 sebagai bagian dari "*Hookup Culture*" dalam budaya Barat, di mana berbagai aktivitas seksual mulai dari berciuman hingga *intercourse* dapat terjadi dalam satu atau beberapa pertemuan tanpa melibatkan perasaan dan komitmen yang serius (Sevi, 2021). Para individu yang menjalani pola hubungan FWB ini menikmati kebebasan untuk terlibat dalam hubungan seksual tanpa harus terikat dalam hubungan yang romantis atau komitmen, karena hubungan ini hanya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan seksual satu sama lain (Sevi, 2021).

Meskipun hubungan *Friends with Benefits* (FWB) menjadi pilihan alternatif yang populer, secara sosial hubungan ini tidak dianggap dapat diterima dan memiliki keterbatasan dalam memberikan kepuasan hubungan (García dkk., 2021). Hal ini disebabkan pada hubungan FWB, pemenuhan kebutuhan seksual dianggap sebagai elemen yang paling sentral. Untuk memperoleh informasi yang akurat terkait tentang fenomena FWB, pada bulan Maret 2022 peneliti melakukan studi pendahuluan dengan kriteria responden yang terlibat dalam FWB. Kuesioner berisi sepuluh pertanyaan dengan menggunakan *google form*, pertanyaan-pertanyaan yang diberikan seputar aktivitas seksual, *google form* disebar melalui akun *base alter/FWB* di Twitter

(@fwbess, @kosanalter), dan *Instagram*. Terdapat 19 responden dengan 13 orang melakukan *intercourse*, dan 6 orang tidak melakukan *intercourse* namun melakukan hubungan fisik berpegangan tangan, *cuddle*, dan *kissing*.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, dapat disimpulkan bahwa hampir sebagian besar pelaku FWB melakukan hubungan seksual. Sedangkan, kebebasan melakukan aktivitas seksual dalam menjalani hubungan FWB ini dapat memunculkan terjadinya perilaku seksual berisiko bagi kesehatan mental dan fisik pelakunya yang dikategorikan sebagai bentuk seks bebas (Suharti, 2022). Beberapa resiko dari perilaku seks bebas pada hubungan fwb ini dapat meliputi: hubungan sebatas pemenuhan hasrat; potensi ditinggalkan; terjerat perasaan; menutup kesempatan bertemu pasangan untuk relasi jangka panjang; dan, kehamilan yang tidak diinginkan (CNN Indonesia, 2022).

Perilaku FWB ini juga dapat meningkatkan resiko penularan IMS. Kasus resiko infeksi menular seksual di Indonesia juga cukup memprihatinkan, menurut laporan Kementerian Kesehatan, terjadi penurunan sebesar 16,5% pada jumlah kasus *Human Immunodeficiency Virus* (HIV), dari 50.282 kasus pada tahun 2019 menjadi 41.987 kasus. Namun di sisi lain, terjadi peningkatan sebesar 22,78% pada jumlah kasus *Acquired Immune Deficiency Syndrome* (AIDS), dari 7.036 pada tahun 2019 menjadi 8.639 pada tahun 2020 (Jayani, 2021). Meskipun kasus HIV turun, namun jumlahnya masih sangat besar. Mayoritas penderita HIV yang dilaporkan adalah dari kelompok usia produktif dan lansia. Kelompok usia 25 hingga 49 tahun menjadi kelompok dengan jumlah penderita terbanyak, mencapai 69,9% pada tahun 2020. Sementara itu, kelompok usia 20 hingga 24 tahun menyumbang 15,8% dari jumlah penderita HIV, dan kelompok usia di atas 50 tahun menyumbang 9,1% (Jayani, 2021).

Perilaku seksual merupakan tingkah laku atau perbuatan yang didorong oleh hasrat seksual baik itu berupa perasaan tertarik sampai perilaku bercumbu dan melakukan hubungan senggama (Sarwono, 2015). Perilaku diartikan sebagai seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena

adanya nilai yang diyakini. Menurut Lawrence Green dalam Dewi (2012) dengan teori dan model *Precede-Procede* menyebutkan salah satu aspek yang mempengaruhi munculnya sebuah perilaku adalah usia. Sehingga, perbedaan perkembangan usia seseorang yang diikuti oleh perubahan secara fisik akan mendorong terbentuknya suatu perilaku.

Pada tahap usia dewasa awal (*emerging adulthood*), mayoritas orang telah berada di melakukan transisi peran sosial, serta adanya perpindahan tempat tinggal, baik karena memasuki jenjang perkuliahan, bekerja, atau menikah (Arnett, 2006). Selanjutnya, terjadinya perubahan status di masa ini mendorong individu untuk dapat mandiri, serta jauh dari orang tua sehingga peran kontrol orang tua berkurang (Papalia dkk., 2008). Sehingga seseorang yang memasuki tahap dewasa awal seharusnya mampu mengontrol dirinya dan memiliki perkembangan moral yang baik (Papalia dkk., 2008).

Kemampuan mengendalikan diri atau kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengubah perilaku, mengelola informasi yang diinginkan atau tidak diinginkan, serta memilih tindakan yang sesuai dengan keyakinannya (Tangney dkk., 2004). Di sisi lain, mereka yang berada pada usia dewasa awal (*emerging adulthood*) memiliki kontrol atas diri sendiri sehingga mereka berani menanggung segala macam resiko atas perbuatannya tanpa berpikir panjang, salah satunya adalah melakukan hubungan seksual pranikah (Yudia dkk., 2018). Individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi mampu untuk menahan diri dari perilaku seksual yang berisiko dan mempertimbangkan dampak jangka panjang dari perilaku seksual mereka (Tangney dkk., 2004). Hasil penelitian sebelumnya menyatakan tingkat kontrol diri yang rendah dapat meningkatkan kecenderungan perilaku seks pranikah pada individu (Qudsiya, 2020; Putri, 2019). Selain itu, kemampuan mengendalikan diri juga berperan penting dalam mencegah perilaku seksual (Noor, 2016).

Berdasarkan pemaparan diatas dapat terlihat bahwa kontrol diri memiliki hubungan dengan perilaku seksual. Maka peneliti tertarik untuk memfokuskan dan mengeksplorasi lebih jauh mengenai pengaruh kontrol terhadap perilaku seksual dengan subjek dalam penelitian ini yaitu pelaku

hubungan FWB pada kelompok dewasa awal (*emerging adulthood*) berusia 18-25 tahun di Indonesia.

Saat ini, literatur yang ada mengenai pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pada pelaku FWB dan penelitian-penelitian di Indonesia serupa masih terbatas. Mayoritas penelitian terkait FWB lebih banyak dilakukan di luar Indonesia. Sebagai negara dengan budaya yang konservatif, FWB seringkali dianggap sebagai perilaku yang kurang moral dan menjadi tabu untuk dibicarakan secara terbuka. Fenomena tren hubungan FWB ini juga dikhawatirkan akan mengubah tatanan budaya Indonesia hingga mempengaruhi generasi muda secara negatif dengan bahaya yang mengintai. Dengan demikian, penelitian ini akan memberikan kontribusi penting untuk memperluas pemahaman kita tentang bagaimana kontrol diri berperan dalam hubungan FWB di konteks budaya dan sosial Indonesia.

Urgensi penelitian ini semakin diperkuat oleh pertumbuhan fenomena FWB yang terus berkembang di Indonesia, terutama di kalangan anak muda. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya aktifitas pada akun *base* FWB di Twitter (@fwbess, @kosanalter), Instagram (@fwb.bercerita, overheardfwb_), hingga grup *chat Telegram*. Memahami dampak kontrol diri pada perilaku seksual dalam hubungan FWB menjadi krusial, mengingat bahwa FWB memiliki implikasi sosial dan psikologis yang penting bagi para pelakunya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan panduan dan pemahaman lebih lanjut dalam menyikapi fenomena FWB, khususnya untuk meningkatkan kesadaran akan implikasi dari pola hubungan ini dalam kehidupan anak muda di Indonesia.

Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih mendalam untuk memahami perilaku seksual pelaku FWB dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Penelitian tentang pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pelaku *Friends with Benefits* di Indonesia akan memberikan kontribusi yang penting dalam pemahaman terhadap fenomena *Friends with Benefits* di Indonesia. Diharapkan penelitian ini akan memberikan wawasan baru dan pengetahuan yang berharga tentang kompleksitas hubungan FWB, serta menggali potensi implikasi teoretis dan praktisnya dalam konteks budaya dan

masyarakat Indonesia. Sehingga, penelitian ini memiliki signifikansi yang mendalam dan relevan dalam mendukung pemahaman kita tentang hubungan FWB di Indonesia.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Dari latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, masalah penelitian yang akan dirumuskan, yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pada pelaku *Friends with Benefits* di Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pertanyaan penelitian di atas, maka tujuan penelitian yaitu: Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku seksual pada pelaku *Friends with Benefits* di Indonesia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Secara teoritis, penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan data mengenai kontrol diri sebagai faktor yang mempengaruhi perilaku seksual pada pelaku FWB melalui pendekatan psikologi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu dan pengetahuan bagi disiplin ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi tentang faktor apa saja yang menjadi prediktor munculnya fenomena perilaku seksual pada pelaku FWB di Indonesia, sehingga dapat meminimalisir perilaku seksual berisiko yang terjadi pada hubungan FWB.

b) Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan peneliti dalam melakukan pengembangan penelitian ataupun mengkaji variabel lain atau faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku seksual.