GAMBARAN REGULASI DIRI DAN PERILAKU KENAKALAN SEKSUAL PADA REMAJA DI BATULICIN

A DESCRIPTION OF SELF-REGULATION AND SEXUAL DELINQUENCY BEHAVIOR IN ADOLESCENTS IN BATULICIN

Muhammad Yayan[1*] , Emma Yuniarrahmah[2], Hemy Heryati Anward[3]
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat,
Jl. A. Yani Km 36,00 Banjarbaru Kalimantan Selatan, 70714, Indonesia
**E-mail :m.yayan_psikologi09@yahoo.co.id*

ABSTRAK

Perilaku kenakalan remaja di Indonesia cukup mengkhawatirkan dan harus segera ditangani. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai regulasi diri dan perilaku kenakalan seksual pada remaja di Batulicin. Metode penelitian menggunakan metode kualitatif. Penggalian data dengan menggunakan teknik wawancara, observasi, dan menggunakan tes grafis. Subjek penelitian tiga orang remaja yang bertempat tinggal di Batulicin, terdiri dari dua subjek laki-laki dan satu subjek perempuan. Penelitian menunjukan ketiga subjek memiliki regulasi diri tipe 2 yang merupakan proses jangka pendek menjauhi tujuan diri yang relevan. Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa subjek BA memiliki regulasi diri yang lebih baik dari subjek DK dan MK. Komponen regulasi diri masing-masing subjek secara garis besar ingin menentukan dirinya mencapai cita-cita yang diharapkan. Masing-masing subjek memiliki bentuk monitoring, instruksi, evaluasi dan pengenaan kontinjensi terhadap diri yang berbeda-beda. Bentuk perilaku kenakalan seksual yang dilakukan adalah berciuman, berpelukan, memegang daerah sensitif lawan jenis, dan melakukan hubungan seksual.

Kata Kunci: Regulasi Diri, Perilaku Kenakalan Seksual, Remaja

ABSTRACT

Juvenile delinquency behavior in Indonesia is quite alarming and needs to be immediately addressed. The purpose of this study was to obtain the description of self-regulation and sexual delinquency behavior in adolescents in Batulicin. A qualitative research method was used in the study, and data were collected using the techniques of interviews, observation, and graphics test. Subjects of the study were three adolescents who resided in Batulicin, two males and one female. The results indicated that the three subjects had self-regulation of type 2, which was a short-term process away from the relevant self-goal, and it was also found out that subject BA had better self-regulation than subjects DK and MK. The self-regulation component of each subject in general was that each of them wanted to define himself/herself to achieve the expected ideals. Each subject had different forms of monitoring, instruction, evaluation and imposition of self-contingency. The forms of sexual delinquency behavior they committed were kissing, hugging, holding the sensitive area of the opposite sex, and sexual intercourse.

Keywords: Self-regulation, Sexual Delinquency, Behavior, Adolescent

Pertambahan penduduk di Indonesia terus meningkat, terutama pertambahan penduduk yang berusia remaja. Biro Pusat Statistik (BPS) (2010) menunjukan jumlah remaja usia 10-24 tahun sekitar 64 juta jiwa (http://www.tribunnews.com). Hal ini tentu dapat menjadi persoalan besar ketika banyaknya remaja yang tidak mampu mengatur dirinya agar dapat mengikuti peraturan-peraturan yang ada di masyarakat. Masa remaja digambarkan dengan masa kekacauan emosi, mereka sering mengalami stres terutama pada peristiwa-peristiwa tertentu dalam hidup mereka. Hal ini di pengaruhi pula oleh masa pubertas, pengaruh hormon, hubungan sosial, pola makan, dan aktivitas seksual (Kenko dan Monk, 2007), sehingga diperlukan tindakan yang tepat untuk menangani remaja kita yang kelak akan menjadi penerus bangsa.

Hal yang cukup mengkhawatirkan adalah adanya perilaku kenakalan yang dilakukan oleh remaja. Kenakalan remaja (*juvenile delinquency*) mengacu kepada suatu rentang perilaku yang sangat luas, mulai dari perilaku yang tidak dapat di terima secara sosial, pelanggaran, hingga tindakan kriminal (Santrock,

2002). Salah satu bentuk kenakalan remaja adalah dalam hal kenakalan seksual, seperti pelacuran, seks pranikah, serta kegiatan seksual dengan lawan jenis yang dapat merugikan dirinya sendiri. Perilaku kenakalan seksual remaja yang tidak di tangani dengan benar, menyebabkan terjadinya seks pra nikah, penyakit menular seksual, dan kehamilan yang tidak diinginkan (Kothari, Wang, Head, dan Abderrahim, 2012).

Perilaku kenakalan seksual remaja sekarang ini mengarah ke arah negatif bahkan sebagian remaja sudah melakukan seks pranikah. Hasil survei yang dilakukan SKRRI (2012) mengungkap perilaku berpacaran remaja. Sebanyak 29,5% remaja pria dan 6,2% remaja wanita pernah meraba, dan 48,1% remaja laki-laki serta 29,3% remaja wanita pernah berciuman (http://health.detik.com/ read/2013). Data BKKBN online tahun 2007, penelitian tentang seks bebas di kalangan remaja di 5 kota besar Indonesia. Pada penelitian ini, Jawa Barat diwakili kota Bandung, Tasikmalaya, dan Cirebon. Hasilnya menunjukan, 17% remaja Tasik mengaku melakukan seks pranikah, dan 6,7% remaja Cirebon melakukan seks bebas. Di Bandung sekitar 21-30% remaja melakukan seks pra nikah, menyamai DKI Jakarta dan Jogjakarta (http://detikislam.com/share/opini/ negara-darurat-seks-bebas-dan-hivaids/).

Menurut Hurlock (1994) manifestasi dorongan seksual pada perilaku kenakalan seksual remaja dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu stimulus yang berasal dari dalam individu, baik faktor fisik maupun psikologis. Untuk faktor fisik adalah bekerjanya hormon-hormon alat reproduksi, hormon tersebut dapat menimbulkan dorongan seksual yang menuntut pemuasan. Sementara faktor-faktor psikologis, salah satunya adalah regulasi diri.

Regulasi diri adalah kemampuan individu dalam memotivasi diri untuk mencapai tujuan dengan cara merencanakan, mengevaluasi dan memodifikasi perilaku individu sendiri. Regulasi diri tidak hanya terbentuk untuk mencapai tujuan, tetapi berusaha menghindari gangguan lingkungan dan rangsangan emosional yang dapat mengganggu perkembangan individu (Pervin, dan Oliver, 2005). Gailliot dan Baumeister (2007) juga menyatakan regulasi diri mempunyai pengaruh terhadap perilaku kenakalan seksual remaja, hal ini dibuktikan dari hasil penelitiannya bahwa remaja yang memiliki regulasi tinggi mampu mengendalikan kenakalan seksual mereka. Selain itu, individu yang mempunyai regulasi diri rendah cenderung melakukan kenakalan seksual misalnya berselingkuh dengan individu yang bukan pasangannya. Sebaliknya, individu yang mempunyai regulasi diri yang kuat, mampu mengontrol kenakalan seksualnya terhadap individu yang bukan pasangannya.

Perilaku kenakalan remaja tidak hanya terjadi di kota-kota besar, di kota kecil pun dapat terjadi, seperti di Batulicin yang merupakan ibu kota kabupaten Tanah Bumbu, Kalimantan Selatan. Kota Batulicin yang mempunyai banyak lahan pertambangan dan perkebunan, sehingga terjadi perubahan yang cepat dan drastis secara ekonomi maupun sosial budaya. Perubahan ini membawa dampak positif dan negatif. Salah satu dampak sosial negatif adalah munculnya pergaulan remaja yang semakin bebas. Pada sebagian remaja pergaulan bebas ini mengarah kepada perilaku kenakalan secara seksual.

Studi pendahuluan (Yayan, 2014) yang dilakukan berdasarkan data di Polresta Tanah Bumbu di dapatkan bahwa setiap tahunnya terjadi kejahatan seksual, baik pelaku maupun korbannya adalah remaja. Pada tahun 2010 sebanyak 11 kasus, tahun 2011 sebanyak 9 kasus, tahun 2012 sebanyak 13 kasus, tahun 2013 sebanyak 10 kasus, dan tahun 2014 sampai bulan April sebanyak 4 kasus. Selain itu ditemukan juga adanya kejadian siswi hamil di luar nikah di salah satu sekolah kejuruan, tetapi hal tersebut sudah lama dan siswi yang bersangkutan sudah di keluarkan dari sekolah (wawancara dengan guru BK SMKN I Simpang Empat, tanggal 24 April 2014). Hal ini mengindikasikan bahwa perilaku kenakalan seksual di kota Batulicin dapat dikatakan cukup memprihatinkan, terlebih dikarenakan pelaku ataupun korbannya masih usia sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu suatu pendekatan yang sifat penelitiannya menyeluruh dan deskriptif untuk menggambarkan secara mendalam tentang situasi atau proses yang diteliti. Dalam penelitian kualitatif, peneliti berperan penting proses pengambilan data, bagaimana kemampuan peneliti dalam membaca setiap infrormasi yang di berikan oleh subjek (Cresswell, 2007).

Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang siswa di SMKN 1 Simpang Empat dan satu orang siswi di MA Darul Azhar. Subjek BA, DK, dan MK merupakan siswa dan siswi yang sudah berada di kategori usia remaja. Teknik penggalian data dalam penelitian ini yaitu; (1) Teknik wawancara, (2) Teknik Observasi, (3) Dokumentasi, (4) Tesgrafis, (5) *Focus group discusion.*Penelitian ini juga menggunakan triangulasi sumber data dan waktu pengumpulan data sebagai teknik dalam pemantapan kredebilitas penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, ketiga subjek secara garis besar memiliki regulasi diri tipe 2. Regulasi diri tipe 2 mengacu pada proses jangka pendek bergerak menjauhi tujuan diri yang relevan dalam waktu yang relatif tetap, di bawah kondisi yang relatif dapat diprediksi,

dikontrol, rutinitis dan keadaan stabil. Hal ini dilihat dari ketiga subjek yang menjauhi tujuan awalnya dikarenakan adanya rutinitas, prediksi, dan kontrol diri subjek. Komponen regulasi diri pada ketiga subjek, memiliki bentuk yang berbeda-beda, sesuai dengan tujuan subjek itu sendiri. Komponen **pertama** yaitu menentukan diri, ketiga subjek menyatakan ingin mencapai tujuannya, subjek BA ingin mendapat nilai bagus dan bekerja di perkantoran, subjek DK ingin melanjutkan pendidikannya, subjek BA, ingin lulus dan bekerja di perkantoran karena tidak ingin melanjutkan pendidikannya.

- Regulasi Diri Tipe 2: proses jangka pendek menjauhi tujuan diri yang relevan (BA, DK, MK)
- Komponen Regulasi Diri:
  1) Menentukan diri
     - Ingin lulus sekolah dengan nilai bagus dan bekerja diperusahaan (BA)
     - Setelah lulus sekolah ingin melanjutkan pendidikannya (DK)
     - Ingin bekerja dikantoran karena tidak ingin melanjutkan pendidikannya (MK)
  2) Monitoring Diri
     - Membagi waktu dalam belajar dan bekerja (BA)
     - Mengurangi waktu untuk hal yang tidak penting dan memfokuskan diri untuk belajar (DK)
     - Hanya berusaha semampunya dalam memonitor dirinya untuk mencapai target (MK)
  3) Instruksi Diri
     - Berusaha belajar lebih giat lagi dan belajar pada saat berjualan diwarung (BA)
     - Memulai belajar lebih giat lagi pada bulan Agustus atau Oktober (DK)
     - Berusaha semampunya dalam belajar, karena apabila dipaksa akan sakit (MK)
  4) Evaluasi Diri
     - Mendapatkan kendala-kendala dalam belajar dan berusaha untuk mengatasinya (BA, MK)
     - Adanya ketakutan tidak diterima di perguruan tinggi dikarenakan nilai akademik (DK)
  5) Pengenaan Kontinjensi Terhadap Diri
     - Memprediksikan dirinya kedepan dapat mencapai cita-cita yang diinginkan (BA)
     - Merasa pesimis dapat mencapai tujuannya melanjutkan ke perguruan tinggi (DK)
     - Memprediksikan dirinya kedepan dapat lulus dari sekolah dan menjadi pekerja kantoran (MK)

Komponen regulasi diri **kedua** yaitu monitoring diri, dalam hal subjek BA mampu memonitoring dirinya untuk membagi waktu dalam bekerja dan belajar. Subjek DK merencanakan dirinya untuk mengurangi waktu bermain dan fokus untuk belajar. Subjek MK memonitoring dirinya dengan cara mendengarkan penjelasan guru ketika dikelas, agar lebih paham dalam pelajaran.

Bentuk-Bentuk Perilaku Kenakalan Seksual:

- Berciuman (BA, DK, MK)
- Berpelukan (BA, DK, MK)
- Melakukan hubungan seksual (DK)
- Memegang daerah sensitif (BA)

Komponen **ketiga** yaitu instruksi diri, subjek BA menginstruksikan dirinya belajar lebih giat lagi, baik belajar individu maupun kelompok, serta berusaha belajar ketika berjualan di warung. Subjek DK berusaha belajar lebih giat ketika sudah memasuki bulan Agustus dan Oktober. Subjek MK berusaha belajar semampunya karena apabila belajar terlalu berlebihan dirinya tidak mampu dan akan sakit.

Komponen **keempat** yaitu evaluasi diri, subjek BA mengevalusi dirinya dalam mencapai tujuannya, salah satu kendala tersebut yaitu kurang konsentrasi ketika belajar pada saat bekerja, sehingga strategi belajar subjek ketika warung sepi. Subjek DK merasa pesimis dengan nilai sekolahnya, sehingga akan sulit untuk melanjutkan pendidikannya. Subjek MK mendapatkan kendala dalam belajar, dimana subjek tidak mampu untuk belajar berlebihan dan hanya semampunya, targetnya tidak masalah apabila tidak tercapai.

Komponen **kelima** yaitu pengenaan kontinjensi terhadap diri, hal ini dimaksudkan bahwa kemungkinan subjek dihadapkan pada kenyataan bahwa mereka mungkin saja berhasil atau mungkin pula mengalami kegagalan dalam mencapai tujuannya. Subjek BA merasa optimis akan mampu lulus dengan nilai yang baik dan dapat bekerja di perusahaan, hal ini dikarenakan subjek ingin sekali membantu perekonomian keluarga. Subjek DK merasa pesimis kedepannya mampu melanjutkan pendidikannya karena nilai rapornya yang rendah, sehingga susah untuk masuk ke perguruan tinggi. Subjek MK merasa yakin dirinya dapat lulus dari sekolah dan dapat bekerja di perkantoran.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui subjek BA memiliki regulasi diri yang lebih baik dari subjek DK dan MK. Hal ini dilihat dari subjek BA yang mampu memonitoring dirinya dalam belajar agar mendapatkan hasil maksimal ketika lulus ujian nanti. Pada subjek DK terdapat perilaku menunda dalam belajar, bentuk perilaku ini tentu akan membuat dirinya lebih sulit untuk mendapatkan hasil maksimal dalam mencapai tujuannya. Subjek MK memiliki keinginan yang tinggi tetapi pada kenyataannya subjek hanya berusaha semampunya dan tidak terlalu mementingkan tujuannya tersebut.

Bentuk-bentuk perilaku kenakalan seksual yang umum dilakukan ketiga subjek adalah berciuman dan berpelukan. Pada subjek BA, perilaku kenakalan seksualnya dilakukan sudah lama dan atas dasar keinginan masing-masing.

Subjek BA melakukan perilaku kenakalan seksualnya biasanya dirumah subjek atau pacarnya, hal ini dilakukannya secara sembunyi-sembunyi dan hanya sebentar. Bentuk perilaku kenakalan seksualnya yaitu berciuman, berpelukan, dan memegang daerah sensitif pacarnya. Perilaku kenakalan seksual ini dikatakan subjek sudah lama dilakukan dan intensitasnya lebih dari 10 kali.

Pada subjek DK, perilaku kenakalan seksualnya dilakukan di kos subjek. Bentuk-bentuk perilaku kenakalan seksualnya yaitu beciuman, berpelukan, dan melakukan hubungan secara seksual. Pertama kali subjek melakukan hal tersebut karena dipaksa oleh mantan pacarnya, sehingga subjek mau melakukannya, dan pada akhirnya subjek ketagihan. Subjek mengatakan dirinya melakukan hubungan seksual dengan mantan pacarnya sebanyak 3 kali. Sekarang ini subjek sudah tidak berhubungan lagi dengan mantan pacarnya dan memiliki pacar baru yang mana perilaku kenakalan seksual tersebut kembali dilakukan, tetapi tidak melakukan hubungan seksual karena takut pacarnya hamil.

Pada subjek MK, bentuk-bentuk perilaku kenakalan seksualnya seperti berciuman dan berpelukan, subjek mengaku pernah diajak pacarnya untuk melakukan hubungan seksual, tetapi subjek menolaknya. Tempat subjek MK melakukan perilaku kenakalan seksualnya yaitu dirumah, tetapi ketika dirumah hanya mencium kening. Untuk berciuman di bibir, subjek mengaku pernah sekali dan merahasiakan tempatnya.

Secara garis besar hasil penelitian ini menunjukan ketiga subjek memiliki regulasi diri tipe 2, yaitu subjek menjauhi tujuan diri awal, kemudian mengarah ketujuan akhir mereka, hal ini dipengaruhi oleh aktivitas sehari-hari dan keinginan mereka sendiri. Pada subjek BA tujuan awalnya ingin melanjutkan pendidikannya, tetapi dikarenakan faktor ekonomi sehingga subjek memilih untuk bekerja ketika lulus nanti. Subjek DK yang awalnya ingin menjadi tentara, dikarenakan tidak lulus seleksi, subjek sekarang lebih memilih untuk melanjutkan pendidikannya. Subjek MK yang awalnya ingin menjadi guru, kemudian berubah ingin menjadi model dan terakhir ingin bekerja di kantoran. Hal ini sesuai dengan yang dikemukan oleh Karoly (dalam Hoyle, 2010) menyatakan bahwa regulasi diri tipe 2 mengacu pada proses jangka pendek bergerak menjauhi tujuan diri yang relevan dalam waktu yang relatif tetap, di bawah kondisi yang relatif dapat diprediksi, dikontrol, rutinitis dan keadaan stabil.

Pada penelitian ini juga ditemukan bentuk-bentuk komponen regulasi diri pada ketiga subjek. Bentuk-bentuk komponen regulasi diri menurut Ormrod (2003) yaitu menentukan diri, monitoring diri, instruksi diri, evaluasi diri dan pengenaan kontinjensi terhadap diri. Ketiga subjek pada dasarnya menentukan diri untuk mencapai tujuan yang di inginkannya, tetapi bentuk evaluasi, monitoring, instruksi, dan pengenaan kontinjensi terhadap diri ketiga subjek berbeda-beda, tergantung karakteristik dan kemampuan diri individu masing-masing. Hal ini sesuai dengan Ridder dan Wit (2006) menerapkan tiga kriteria yang termasuk dalam pola-pola perilaku regulasi diri Secara eksplisit mempertimbangkan tujuannya, pandangan individu yang sebagai agen aktif dalam pembentukan

perilakunya, dan proses pencapaian berusaha keras dalam tujuannya.

Perbedaan ketiga subjek dalam komponen regulasi dirinya tersebut juga dikarenakan adanya pengaruh faktor internal dan eksternal dalam regulasi diri. Pramitya dan Valentina (2013) menyatakan faktor internal regulasi diri yaitu observasi diri, proses penilaian, dan reaksi diri. Faktor eksternal terdiri dari standar atau dasar perilaku. Secara garis besar ketiga subjek menyatakan mengobservasi dirinya dengan menilai kemampuannya masing-masing untuk mencapai tujuan yang di inginkan. Selanjutnya, ketiga subjek membandingkan kemampuanya tersebut dengan teman-temannya, dan yang terakhir adanya reaksi berbeda-beda tiap subjek.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui subjek BA memiliki regulasi diri yang lebih baik dari subjek DK dan MK. Hal ini dilihat dari subjek BA yang mampu memonitoring dirinya dalam belajar agar mendapatkan hasil maksimal ketika lulus ujian nanti. Pada subjek DK terdapat perilaku menunda dalam belajar, bentuk perilaku ini tentu akan membuat dirinya lebih sulit untuk mendapatkan hasil maksimal dalam mencapai tujuannya. Subjek MK memiliki keinginan yang tinggi tetapi pada kenyataannya subjek hanya berusaha semampunya dan tidak terlalu mementingkan tujuannya tersebut.

Hasil penelitian ini menemukan bentuk-bentuk perilaku kenakalan yang dilakukan ketiga subjek rata-rata pernah berciuman dan berpelukan. Pada subjek BA perilaku kenakalan seksualnya mulai dari berciuman, berpelukan sampai memegang daerah sensitif. Pada subjek DK bentuk perilakunya mualai dari berciuman, berpelukan sampai berhubungan secara seksual. Subjek MK bentuk perilakunya berciuman dan berpelukan. Hal ini sesuai dengan Santrock (2003), Hurlock (1992), dan Sarwono (2013),menyatakan perilaku kenakalan seksual sebagai segala bentuk perilaku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis. Perilaku kenakalan seksual remaja biasanya bersifat meningkat atau progresif. Diawali dengan *necking*, kemudian diikuti *petting*, dan pada akhirnya behubungan intim. Bentuk perilaku kenakalan seksual, mulai dari bergandengan tangan (memegang lengan pasangan), berpelukan (seperti merengkuh bahu, merengkuh pinggang), bercumbu (seperti cium pipi, cium kening, cium bibir), meraba bagian tubuh yang sensitif, menggesek-gesekkan alat kelamin sampai dengan memasukkan alat kelamin.

Perilaku kenakalan seksual yang dilakukan menurut ketiga subjek merupakan hal yang biasa dilakukan pada kehidupan sekarang. Subjek BA dan DK mengatakan bahwa perilaku kenakalan seksual yang dilakukan menjadi hal yang lumrah di kalangan remaja di Batulicin, bahkan mereka sering mendengar dari temannya yang melakukan hubungan seksual di kos. Hal ini sesuai dengan Papalia, Olds, dan Feldman (dalam Andisti, 2008) berpendapat bahwa perilaku seks bebas di identikkan dengan gaya hidup modern.

Pada penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan dalam menggali informasi terhadap subjek. Keterbatasan penelitian ini antara lain waktu yang sedikit sehingga sulit membangun *raport* kepada subjek, tempat penelitian yang jauh, dan adanya kesalahan dalam komunikasi pada tim peneliti sehingga data yang digali masih terdapat kekurangan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data bahwa ketiga subjek memiliki regulasi diri tipe 2. Subjek menjauhi tujuan awal mereka dan bergerak ketujuan akhir, baik karena keinginan sendiri maupun karena pengaruh aktivitas sehari-hari. Komponen regulasi diri masing-masing subjek secara garis besar ingin mencapai tujuan yang di inginkan, tetapi berbeda hasilnya karena masing-masing subjek memiliki perbedaan dalam bentuk monitoring, instruksi, evaluasi dan pengenaan kontinjensi terhadap diri.

Pada penelitian ini juga ditemukan adanya fakor internal regulasi diri yaitu subjek mampu mengobservasi dirinya dengan menilai kemampuannya masing-masing untuk mencapai tujuan yang di inginkan. Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa subjek BA memiliki regulasi diri yang lebih baik dari subjek DK dan MK.

Bentuk-bentuk perilaku kenakalan yang dilakukan oleh subjek BA seperti berciuman, berpelukan dan memegang daerah sensitif. Subjek DK perilaku kenakalan seksualnya berciuman, berpelukan dan melakukan hubungan secara seksual. Subjek MK perilaku kenakalan seksualnya berciuman dan berpelukan.

DAFTAR PUSTAKA

Arvidson, J., Kinniburgh, K., Howard, K., Spinazzola, J., Strothers, H., Evans, M., Andres, B., Cohen, C., & Blaustein, M. E. (2011). Treatment of Complex Trauma in Young Children:Developmental and Cultural Considerationsin Application of the ARC Intervention Model. *Journal of Child & Adolescent Trauma*. Di akses tanggal 18 April 2014 darihttp://www.traumacenter.org/products/pdf_files/jcat_arc_anchorage_paper.pdf.

Creswell, J. W. (2007). Qualitative Inquiry And Research Design: Choosing Among Five Approaches 2nd ed. *Handbook*. Di akses tanggal 13 Juli 2014 dari https://is.vsfs.cz/el/6410/zima2013/B_KV/uu/Creswell 2007_Qualitative_Inquiry_and_R

esearch_Design_Choosing_among_Five_AApproache_2nd_edition.pdf

De Ridder, D., & De Wit, J. (2006). Self-regulation of Health Behavior: Concepts. Theories and Central Issues. In D. De Ridder & J. De Wit (Eds.). *Self-regulation in Health Behavior.* Chichester, Wiley. Di akses tanggal 20 April 2014 darihttp://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.319.4432&rep=rep1&type=pdf.

Gailliot, M. T., & Baumeister, R. F. (2007). Self-Regulation And Sexual Restraint: Dispositionally and Temporarily Poor Self-Regulatory Abilities Contribute to Failures at Restraining Sexual Behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*. Diakses tanggal 28 Februari 2014 dari http://www.uic.edu/classes/psych/Health/Readings/Gailliot,%20Selfreg%20strength%20&%20sexual%20restraint,%20PerSocPsyBull,%202007.pdf.

Hoyle, R. H. (2010). *Handbook of Personality and Self-Regulation*. United Kingdom: A John Wiley & Sons, Ltd., Publication

http://detikislam.com/share/opini/negara-darurat-seks-bebas-dan-hivaids diakses tanggal 6 Maret 2014

http://health.detik.com/read/2013/11/07/130108/2406219/1301/bkkbn-banyak-saling raba-kualitas-pacaran-remaja-memprihatinkan diakses tanggal 6 Maret 2014

http://www.tribunnews.com/nasional/2013/11/24/bkkbn-stop-galau-pada-remajadiakses tanggal 6 Maret 2014

Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga

Kenko, Y., & Monk, B. (2007). Emotional Development. *E-book*.di akses tanggal 02 Juni 2014 dari http://dhsprogram.com/pubs/pdf/CR29/CR29.pdf

Kothari, M. T., Wang, S., Head, S. K., & Abderrahim, N. (2012). Trends in Adolescent Reproductive and Sexual Behaviors. *DHS Comparative Reports No. 29*. Calverton, Maryland, USA: ICF International. Di akses tanggal 02 Juni 2014 dari http:// highered. mcgrawhill.com/sites/dl/free/0073382647/568281/santrock4e_sample_ch10.pdf

Monks, F. J. (2006). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya.* Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

Ormrod, J. E. (2003). *Educational psychology: Developing Learnes*. New Jersey: Merrill Prentice Hall.

Pervin, L. A., & Oliver, P. J. (2005). *Personality Theory and Researched 9th*. United state of America: John Wiley & Sons, Inc.

Pramitya, A. A. I. M., & Valentina, T. D. (2013). Hubungan Regulasi Diri Dengan Status Gizi pada Remaja Akhir di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol. 1, No. 1, 43-53. Diakses tanggal 2 Juli 2014 dari http://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/8482/6326

Santrock. J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup(edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.

Santrok, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja (edisi keenam)*. Jakarta: Erlangga.

Sarwono, S. (2013). *Psikolgi Remaja*. Jakarta: Erlangga.