



**PENGARUH PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY (REBT)* TERHADAP *SELF-CONTROL* REMAJA
DALAM MENGURANGI PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH
DI SMAN 1 CIKEMBAR**

SKRIPSI

RANI JESIKA SAEPUKIN

1910711005

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2023**



**PENGARUH PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY (REBT)* TERHADAP *SELF-CONTROL* REMAJA
DALAM MENGURANGI PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH
DI SMAN 1 CIKEMBAR**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan**

RANI JESIKA SAEPUDIN

1910711005

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rani Jesika Saepudin

NIM : 1910711005

Tanggal : 23 Juni 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 23 Juni 2023

Yang Menyatakan,



3E6FAKX522911587

(Rani Jesika Saepudin)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rani Jesika Saepudin
NIM : 1910711005
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Pengaruh Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Terhadap *Self-Control* Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Seksual Pranikah Di SMAN 1 Cikembar, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 23 Juni 2023
Yang menyatakan,



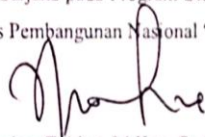
Rani Jesika Saepudin

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Rani Jesika Saepudin
NIM : 1910711005
Program Studi : Keperawatan Program Sarjana
Judul : Pengaruh Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*
Terhadap *Self-Control* Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Seksual
Pranikah Di Sman 1 Cikembar


Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep, Sp.Kep.J
Ketua Penguji


Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep
Penguji I

Desmawati, SKP, M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta


Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom
Penguji II (Pembimbing)


Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep
Kepala Program Studi Keperawatan
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Seminar : 23 Juni 2023

PENGARUH PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)* TERHADAP *SELF-CONTROL* REMAJA DALAM MENGURANGI PERILAKU SEKSUAL PRANIKAH DI SMAN 1 CIKEMBAR

Rani Jesika Saepudin

Abstrak

Akhir-akhir ini perilaku seksual pranikah pada remaja mengalami peningkatan yang sangat tinggi. Banyaknya remaja yang terlibat dalam perilaku seksual berisiko didasari oleh rasa ingin tahu yang kuat, dipengaruhi oleh lingkungan dan dorongan dari orang lain. Perilaku seksual pranikah disebabkan oleh pengaruh teman sebaya, terekspos oleh media berbau pornografi, peranan orang tua, kurangnya pengetahuan, status asmara dan kontrol diri yang rendah. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat pengaruh penerapan *rational emotive behavior therapy (REBT)* terhadap kontrol diri dalam mengurangi perilaku seksual pranikah. Metode dalam penelitian ini yaitu *quasi-eksperimen* dan desain penelitian yaitu *one group pre test post test* dengan menggunakan teknik sampling *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat. Hasil analisis *Paired T-test* yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan tingkat kontrol diri siswa setelah diberikan intervensi dengan peningkatan rerata sebesar 9,812 dan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) serta untuk perilaku seksual pranikah mengalami penurunan tindakan dengan *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), maka didapatkan adanya pengaruh yang signifikan penerapan *rational emotive behavior therapy (REBT)* terhadap kontrol diri dalam mengurangi perilaku seksual pranikah. Untuk itu hendaknya perawat komunitas serta guru bimbingan konseling mengadakan program bimbingan konseling serta edukasi terkait seksual pranikah agar remaja dapat lebih menghindari serta mengurangi perilaku seksual pranikah.

Kata Kunci: Perilaku Seksual Pranikah, *Rational Emotive Behavior Therapy*, Remaja, *Self-Control*

**THE EFFECT OF APPLICATION OF RATIONAL EMOTIVE
BEHAVIOR THERAPY (REBT) ON ADOLESCENT SELF-
CONTROL IN REDUCING PRE-MARITAL SEXUAL BEHAVIOR
AT SMAN 1 CIKEMBAR**

Rani Jesika Saepudin

Abstract

Lately, premarital sexual behavior in adolescents has increased very high. Many adolescents engage in risky sexual behavior based on strong curiosity, influenced by the environment and encouragement from others. Premarital sexual behavior is caused by peer influence, exposure to pornographic media, parental roles, lack of knowledge, romantic status and low self-control. This research was conducted with the aim of looking at the effect of applying rational emotive behavior therapy (REBT) on self-control in reducing premarital sexual behavior. The method in this study is quasi-experimental and the research design is one group pretest posttest using a non-probability sampling technique, namely purposive sampling. The analysis used is univariate and bivariate analysis. The results of the Paired T-test analysis showed that there was an increase in the level of self-control of students after being given an intervention with an average increase of 9.812 and a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and for premarital sexual behavior there was a decrease in action with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), then it was found that there was a significant effect of applying rational emotive behavior therapy (REBT) on self-control in reducing premarital sexual behavior. For this reason, community nurses and counseling teachers should organize counseling and education programs related to premarital sex so that adolescents can avoid and reduce premarital sexual behavior.

Keyword: *Adolescents, Premarital Sexual Behavior, Rational Emotive Behavior Therapy, Self-Control*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir ini. Dalam penyusunan tugas akhir penulis mengambil judul “Pengaruh Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Terhadap *Self-Control* Remaja Dalam Mengurangi Perilaku Seksual Pranikah Di SMAN 1 Cikembar”. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta serta Desmawati, SKP., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas ilmu kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana. Penulis secara khusus mengucapkan terimakasih kepada Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing, Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep, Sp.Kep.J dan Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep selaku dosen penguji yang telah sabar, ikhlas dan meluangkan waktunya untuk memberikan masukan, saran dan kritik dalam proses pembuatan tugas akhir ini sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan. Disamping itu, penulis berterima kasih juga kepada orang tua penulis, Bapak Acep Saepudin, Mamah Iyem, dan adikku Jihan, Zulus, Kevin dan Kania serta semua keluarga saya yang telah memberikan semangat, mendoakan, dan memberikan segala kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Tidak lupa juga penulis berterima kasih kepada sahabat saya yaitu Riska, Imalatunailil, Mar’atul, seluruh rekan S1 Keperawatan serta teman-teman satu bimbingan yang telah membantu, menghibur, serta memberikan semangat selama perkuliahan sampai tugas akhir ini terselesaikan.

Jakarta, 31 Maret 2023

Penulis



(Rani Jesika Saepudin)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	6
I.3 Tujuan Penelitian.....	8
I.4 Manfaat	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
II.1 Landasan Teori	10
II.2 Kerangka Teori	30
II.3 Penelitian Terdahulu	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
III.1 Kerangka Konsep.....	37
III.2 Hipotesis Penelitian	38
III.3 Definisi Operasional	40
III.4 Desain Penelitian	44
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	47
III.7 Metode Pengambilan Data.....	47
III.8 Instrumen Penelitian	51
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	55
III.10 Pengolahan Data	59
III.11 Analisis Data.....	61
III.12 Etika Penelitian	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	66
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	66
IV.2 Proses Penelitian.....	66
IV.3 Hasil Penelitian.....	69
IV.4 Pembahasan	77
IV.5 Keterbatasan Penelitian	90
BAB V PENUTUP.....	92

V.1 Kesimpulan.....	92
V.2 Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	95
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	32
Tabel 2	Definisi Operasional	40
Tabel 3	Kisi-kisi Instrumen Brief Self-Control Scale (BSCS)	52
Tabel 4	Skala Likert	54
Tabel 5	Kisi-Kisi Kuesioner Perilaku Seksual Pranikah.....	54
Tabel 6	Hasil Uji Validitas Kuesioner Brief Self-Control Scale	56
Tabel 7	Hasil Uji Validitas Kuesioner Perilaku Seksual Pranikah	57
Tabel 8	Kriteria Hasil pengukuran Uji Cronbach's Alpha	59
Tabel 9	Analisa Univariat	61
Tabel 10	Analisa Bivariat.....	62
Tabel 11	Hasil Uji Normalitas	70
Tabel 12	Gambaran Karakteristik berdasarkan Usia Responden SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48).....	70
Tabel 13	Gambaran Karakteristik berdasarkan Jenis Kelamin Responden SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48)	71
Tabel 14	Gambaran Karakteristik Berdasarkan Tingkatan Kelas SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48).....	71
Tabel 15	Gambaran Karakteristik Tingkat Kontrol Diri Pada Siswa SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48).....	72
Tabel 16	Gambaran Karakteristik Tingkat Pengetahuan Siswa Terkait Perilaku Seks Pranikah di SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48)	72
Tabel 17	Gambaran Karakteristik Sikap Siswa Pada Perilaku Seks Pranikah di SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48)	73
Tabel 18	Gambaran Karakteristik Tindakan Siswa Pada Perilaku Seks Pranikah di SMA Negeri 1 Cikembar Tahun 2023 (n=48)	74
Tabel 19	Analisa Perbedaan Rata-Rata Kontrol Diri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).....	74
Tabel 20	Analisa Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Perilaku Seks Pranikah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).....	75
Tabel 21	Analisa Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Perilaku Seks Pranikah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).....	75
Tabel 22	Analisa Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan Perilaku Seks Pranikah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).....	76

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Dinamika (RBET)	24
Skema 2	Kerangka Teori.....	31
Skema 3	Kerangka Konsep	37
Skema 4	<i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	44

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 3 Permohonan Izin Uji Validitas
- Lampiran 4 Permohonan Izin Etik Penelitian (Ethical Clearance)
- Lampiran 5 Monitoring bimbingan
- Lampiran 6 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Standar Operasional Prosedur
- Lampiran 9 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10 Timeline Penelitian
- Lampiran 11 Persetujuan Etik Penelitian (Ethical Clearance)
- Lampiran 12 Surat balasan permohonan izin penelitian
- Lampiran 13 Dokumentasi Selama Proses Bimbingan
- Lampiran 14 Absensi Responden
- Lampiran 15 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 16 Leaflet
- Lampiran 17 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 18 Hasil Uji Turnitin