

Low Self-Esteem and Social Distress: Triggering Factors for Premarital Sex in Early Adult Men

Harga Diri Rendah dan Tekanan Sosial: Faktor Pemicu Seks Pranikah pada Pria Dewasa Awal

Tan Vania Wijaya¹, Siska Adinda Prabowo Putri², Brigitan Argasiam³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas AKI, Semarang

Email: ¹521210044@student.unaki.ac.id, ²sisca.adinda@unaki.ac.id, ³brigitanargasiam@gmail.com

Artikel Info

Riwayat Artikel:

Penyerahan 2025-07-12

Revisi 2025-07-20

Diterima 2025-07-26

Keyword:

Self Esteem;

Conformity;

Premarital Sex Male;

Emerging Adults

ABSTRACT

Premarital sexual behavior among emerging adult males is increasing and has become a complex phenomenon influenced by various psychosocial factors, including self-esteem and peer conformity. This study aims to examine the relationship between self-esteem and peer conformity with premarital sexual behavior among emerging adult men. A correlational quantitative approach was used, involving 346 respondents selected through purposive sampling. The instruments consisted of a premarital sexual behavior scale, self-esteem scale, and peer conformity scale. Data analysis was conducted using multiple linear regression with the help of SPSS version 26. The findings show that both self-esteem and peer conformity simultaneously have a significant effect on premarital sexual behavior. Specifically, individuals with low self-esteem and high peer conformity are more likely to engage in premarital sexual activities. The study concludes that both independent variables contribute significantly to the emergence of risky sexual behavior. Therefore, interventions focusing on strengthening self-esteem and building resistance to peer pressure are strongly recommended as preventive efforts.

ABSTRAK

Perilaku seks pranikah pada pria dewasa awal semakin meningkat dan menjadi fenomena yang kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial, termasuk harga diri dan konformitas teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku seks pranikah pada pria dewasa awal. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan jumlah sampel sebanyak 346 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan meliputi skala perilaku seks pranikah, skala harga diri, dan skala konformitas teman sebaya. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri dan konformitas teman sebaya secara simultan berpengaruh signifikan terhadap perilaku seks pranikah. Secara khusus, individu dengan harga diri rendah dan tingkat konformitas yang tinggi cenderung lebih rentan melakukan perilaku seks pranikah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa kedua variabel bebas memiliki kontribusi penting terhadap munculnya perilaku seksual berisiko, sehingga intervensi yang berfokus pada peningkatan harga diri dan resistensi terhadap tekanan sosial sangat disarankan sebagai upaya preventif.

Kata Kunci

Harga Diri;
Konformitas;
Seks Pranikah Pria;
Dewasa Awal

Copyright (c) 2025 Tan Vania Wijaya, Siska Adinda Prabowo Putri, Brigitan Argasiam

Korespondensi:

Tan Vania Wijaya

Fakultas Psikologi Universitas AKI, Semarang

Email: 521210044@student.unaki.ac.id



LATAR BELAKANG

Masa dewasa awal adalah tahap perkembangan individu yang penuh dengan perubahan dan pencarian makna hidup (Zahro Malihah E. & Utami R., 2022). Pada fase ini, seseorang mulai memasuki dunia yang lebih luas setelah meninggalkan kehidupan remaja dan memasuki kehidupan yang lebih mandiri dan dewasa (Chen & Deng Y., 2022). Pencarian identitas, pembentukan hubungan intim, serta pengambilan keputusan secara mandiri menjadi hal yang sangat dominan dalam tahap ini (Sugiyono., 2019). Masa dewasa awal adalah masa transisi yang menuntut individu untuk membuat pilihan besar dalam hidupnya, yang akan membentuk jalur kehidupan mereka selanjutnya (Streiner, 2016).

Salah satu aspek yang sangat penting dalam masa dewasa awal adalah pencarian dan pembentukan identitas (DeLuca & Bishop M. D., 2021). Yulianti (2022) menjelaskan bahwa salah satu tugas utama pada tahap ini adalah pencarian identitas yang stabil. Pada masa ini, individu berusaha untuk menemukan siapa diri mereka sebenarnya, baik dalam hal nilai-nilai pribadi, peran sosial, dan arah hidup. Pencarian ini tidak hanya mencakup aspek kognitif, tetapi juga perasaan, keyakinan, dan emosi yang mempengaruhi cara individu berinteraksi dengan dunia luar (Pratiwi & Kusumastuti R., 2020).

Pembentukan hubungan intim juga merupakan bagian tak terpisahkan dari masa dewasa awal (Minev Petrova B. Mineva K. Petkova M. & Strebkova R., 2018). Menurut Sari dan Hartono Y. (2021) pada fase ini, individu mulai menjalin hubungan yang lebih dalam dan intim, baik dalam konteks persahabatan maupun hubungan romantis. Hubungan ini sangat penting dalam proses pembentukan identitas dan pemahaman diri. Individu mulai belajar tentang keintiman, saling pengertian, serta bagaimana menjaga hubungan dalam kehidupan dewasa. Keberhasilan dalam membangun hubungan intim akan memberikan kontribusi besar terhadap perkembangan pribadi dan kesejahteraan psikologis (Mahmudah & Lestari M. D., 2023).

Pengambilan keputusan secara mandiri adalah tantangan besar lainnya yang dihadapi individu pada masa dewasa awal (Malihah Zahro S. & Hidayati A., 2022). Pada tahap ini, individu tidak lagi bergantung pada otoritas orang tua atau figur otoritas lainnya dalam membuat keputusan besar (Astirin & Putri F. D., 2021). Keputusan-keputusan ini mencakup pilihan mengenai karier, hubungan, tempat tinggal, serta nilai-nilai hidup yang akan mereka anut. Ketika individu dapat mengambil keputusan yang tepat dan sesuai dengan nilai-nilai pribadinya, mereka akan merasakan kepuasan dan rasa percaya diri yang lebih tinggi (Daratista & Chandra R., 2020).

Salah satu aspek penting dalam masa dewasa awal yang berpengaruh terhadap perkembangan identitas dan hubungan intim adalah aspek seksual (Wibowo, 2021). Aspek seksual bukan hanya soal orientasi seksual atau identitas gender, tetapi juga mencakup bagaimana seseorang memahami dan menjalani hubungan seksual secara sehat. Pada masa dewasa awal, individu mulai bereksperimen dan membentuk pandangan mereka terhadap seksualitas, serta

bagaimana hal ini berhubungan dengan nilai-nilai pribadi dan norma sosial yang ada.

Nilai sosial yang berkembang dalam masyarakat sangat mempengaruhi pemahaman seseorang terhadap seksualitas (Naufal, 2022). Masyarakat memberikan berbagai norma dan ekspektasi yang dapat memengaruhi bagaimana seseorang merespons dan menginterpretasikan kebutuhan seksual mereka (Putri, 2019). Di banyak budaya, nilai-nilai ini dapat berkonflik dengan perkembangan pribadi individu, yang sedang mencoba untuk menemukan keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan sosial (Paputungan, 2023).

Teknologi juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap aspek seksual di masa dewasa awal. Dalam era digital, teknologi memberikan akses yang sangat mudah terhadap informasi terkait seksualitas. Internet, media sosial, dan aplikasi kencan seringkali menjadi sumber utama bagi individu untuk mengeksplorasi seksualitas mereka (Damayanti, 2018). Meski demikian, pengaruh teknologi ini dapat menjadi dua sisi mata uang: di satu sisi, ia membuka peluang bagi individu untuk memperoleh informasi yang lebih luas dan beragam, namun di sisi lain, informasi yang diterima tidak selalu tepat atau dapat dipercaya (Maulida & Rifayanti, 2022).

Lingkungan teman sebaya juga memainkan peran yang besar dalam membentuk pandangan dan perilaku seksual pada masa dewasa awal. Temanteman sebaya seringkali menjadi sumber utama dukungan sosial dan informasi bagi individu pada fase ini (Hananiah & Sanjaya, 2023). Teman sebaya juga dapat memberikan pengaruh baik positif maupun negatif terhadap perilaku seksual, tergantung pada norma dan pandangan yang mereka anut. Ketika seseorang berada dalam lingkungan yang mendukung perkembangan seksual yang sehat, mereka lebih mungkin untuk mengembangkan hubungan yang lebih positif dan memahami seksualitas dengan cara yang lebih sehat (Andi. A, 2021).

Pentingnya lingkungan teman sebaya ini juga terkait dengan proses sosialisasi. Di masa dewasa awal, individu mulai membentuk kelompok sosial yang lebih luas dan beragam (Anggraeni & Hijrianti, 2023). Teman sebaya di luar keluarga memberikan kesempatan bagi individu untuk bereksperimen dengan berbagai identitas sosial dan seksual yang berbeda. Kelompok ini memberikan ruang untuk berbagi pengalaman, belajar, dan mengadaptasi diri terhadap norma sosial yang ada (Senobaan dkk., 2022).

Namun, faktor lingkungan ini juga memiliki sisi negatif, terutama jika individu berada dalam kelompok yang memiliki pandangan yang salah atau merugikan tentang seksualitas (Adiesia & Sofia, 2021). Misalnya, norma yang tidak sehat atau merendahkan dapat mendorong perilaku berisiko atau pola hubungan yang tidak sehat. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk memilih lingkungan sosial yang mendukung perkembangan diri mereka secara positif (Dewi & Ambarwati, 2023).

Seksualitas juga dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang dirinya sendiri. Penilaian diri yang positif dan

kepercayaan diri dalam hal tubuh dan citra diri akan sangat memengaruhi bagaimana seseorang menjalani hubungan seksual dan intim. Sebaliknya, individu yang memiliki masalah dengan citra tubuh atau kepercayaan diri rendah dapat mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan intim yang sehat. Pada masa dewasa awal, individu sangat rentan terhadap pengaruh media yang seringkali menampilkan citra tubuh yang tidak realistis, yang dapat mempengaruhi pandangan mereka terhadap diri sendiri (Hastuti & Rahmawati I., 2022).

Masalah terkait dengan seksualitas, seperti pelecehan seksual atau pengalaman traumatik lainnya, juga dapat terjadi pada masa dewasa awal. Individu yang mengalami trauma atau kekerasan seksual dapat menghadapi tantangan besar dalam membentuk hubungan intim yang sehat (Sari & Fitriani S., 2023). Oleh karena itu, penting bagi individu untuk mendapatkan dukungan emosional dan psikologis dalam menghadapi masalah ini, agar mereka dapat mengatasi trauma dan membangun hubungan yang lebih sehat di masa depan (Tegegne, 2022).

Perilaku seksual pranikah pada pria dewasa awal sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial, salah satunya adalah harga diri. Harga diri yang rendah dapat meningkatkan risiko keterlibatan dalam perilaku seksual yang berisiko, karena individu dengan harga diri rendah seringkali mencari validasi atau penerimaan melalui hubungan seksual (Ravert & Donnellan M. B., 2020). Pria dewasa awal yang merasa kurang dihargai atau kurang percaya diri mungkin merasa terpaksa untuk membuktikan diri mereka melalui perilaku seksual, yang sering kali dilakukan tanpa mempertimbangkan akibat jangka Panjang (Lanza & Taylor R. D., 2021).

Tekanan teman sebaya juga menjadi faktor penting yang memengaruhi perilaku seksual pranikah pada pria dewasa awal. Ketika seseorang merasa tertekan untuk mengikuti norma kelompok atau mendapatkan penerimaan sosial, mereka mungkin lebih cenderung untuk terlibat dalam aktivitas seksual yang sebelumnya tidak mereka pertimbangkan (Nguyen Do H. T. & Le T. M., 2024). Tekanan ini bisa datang dalam bentuk dorongan untuk membuktikan kedewasaan atau keberanian melalui seks, yang mengarah pada sikap permisif terhadap hubungan seksual sebelum menikah (Brown & Larson J., 2021).

Pengetahuan yang rendah mengenai kesehatan reproduksi juga turut mempengaruhi keputusan seksual di kalangan pria dewasa awal (Okeke Abrahams M. A. & Moletsane R., 2020). Tanpa pemahaman yang memadai tentang risiko yang terkait dengan perilaku seksual pranikah, individu lebih rentan terhadap pengaruh sosial dan lebih cenderung untuk mengabaikan potensi konsekuensi fisik dan emosional. Pendidikan yang lebih baik mengenai kesehatan reproduksi dapat membantu individu membuat keputusan yang lebih informasional dan bertanggung jawab (Garvin, 2018).

Faktor budaya juga mempengaruhi cara pria dewasa awal memandang seksualitas mereka. Normanorma budaya yang mendefinisikan maskulinitas sering kali menekan pria untuk menunjukkan status mereka melalui perilaku seksual

(Yulianto, 2020). Maskulinitas tradisional yang menganggap bahwa pria harus membuktikan kekuatan atau dominasi mereka melalui seks dapat memperburuk pengaruh harga diri yang rendah dan meningkatkan kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku seksual yang berisiko (Fitriyah Nursalam N. & Sari N. P., 2023).

Tekanan teman sebaya memainkan peran dominan dalam keputusan yang diambil terkait dengan perilaku seksual. Ketika pria dewasa awal merasa bahwa perilaku seksual mereka dilihat dan dievaluasi oleh teman-teman sebaya, mereka mungkin merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan harapan kelompok (Suryani & Hanum L., 2022). Dalam banyak kasus, tekanan ini dapat menjadi lebih kuat daripada keyakinan pribadi atau nilai-nilai yang mereka anut (Baams dkk., 2021).

Di beberapa budaya atau lingkungan sosial, seks sebelum menikah dianggap sebagai tanda kedewasaan atau status sosial. Dalam hal ini, individu yang ingin diterima dalam kelompok tersebut mungkin merasa perlu untuk mengikuti perilaku ini meskipun mereka menyadari potensi risikonya (Bukowski dkk., 2022). Oleh karena itu, penting bagi individu untuk memiliki kesadaran yang kuat tentang diri mereka sendiri dan mampu menanggapi pengaruh sosial dengan bijaksana (Alford & Denny G., 2020).

Stigma yang ada terkait dengan seksualitas juga berperan dalam membentuk keputusan seksual. Dalam beberapa masyarakat, terdapat pandangan yang mengaitkan perilaku seksual pranikah dengan rasa malu atau ketidakmampuan dalam mengendalikan diri (Zamriyani & Aulia N., 2021). Hal ini dapat membuat individu merasa tidak nyaman untuk berbicara terbuka tentang seksualitas dan lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya yang mengarah pada perilaku berisiko (Li & Liao, 2021).

Pentingnya meningkatkan harga diri di kalangan pria dewasa awal sangat terkait dengan kemampuan mereka untuk membuat keputusan yang sehat tentang seksualitas. Individu dengan harga diri yang sehat lebih cenderung untuk merasa nyaman dalam menetapkan batasan yang jelas dan menghindari perilaku seksual yang berisiko (Zahro Malihah E. & Utami R., 2022). Mereka juga lebih mampu untuk menilai situasi dengan objektif dan mengambil langkah-langkah untuk melindungi diri mereka dari potensi konsekuensi negatif (Chen & Deng Y., 2022).

Pendidikan seksual yang komprehensif sangat penting dalam membantu individu membuat keputusan yang lebih baik terkait perilaku seksual (Streiner, 2016). Melalui pendidikan yang mengajarkan tentang konsekuensi fisik, emosional, dan sosial dari perilaku seksual pranikah, individu dapat lebih memahami dampak jangka panjang dari keputusan mereka. Pendidikan ini juga dapat meningkatkan harga diri, karena memberikan pengetahuan yang membangun rasa percaya diri dan kemampuan untuk membuat pilihan yang tepat (DeLuca & Bishop M. D., 2021).

Perilaku seksual pranikah yang berisiko juga dapat dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu dan normanorma keluarga. Pria yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang mendukung dan memberikan pendidikan seks yang sehat cenderung memiliki pandangan yang lebih bertanggung

jawab terhadap seksualitas (Yulianti, 2022). Sebaliknya, individu yang tidak mendapatkan bimbingan yang memadai tentang hubungan seksual dan kesehatan reproduksi sering kali lebih rentan terhadap tekanan teman sebaya dan mengambil keputusan yang kurang bijaksana (Pratiwi & Kusumastuti R., 2020).

Pengaruh media sosial dan media massa terhadap perilaku seksual juga semakin besar di era digital ini. Dalam banyak kasus, media sosial memperkuat normanorma sosial yang mengedepankan seksualitas sebagai alat untuk memperoleh perhatian atau pengakuan sosial (Minev dkk., 2018). Hal ini dapat memperburuk tekanan teman sebaya dan mendorong individu untuk terlibat dalam perilaku seksual tanpa memikirkan dampaknya secara serius.

penelitian ini sangat penting mengingat meningkatnya perilaku seksual pranikah di kalangan pria dewasa awal, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor psikososial seperti harga diri rendah dan tekanan teman sebaya. Perilaku ini dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik, emosional, dan sosial individu, serta berisiko menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang seperti penyakit menular seksual dan kehamilan tidak diinginkan. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk memahami lebih dalam hubungan antara harga diri, tekanan teman sebaya, dan perilaku seksual pranikah, serta untuk memberikan rekomendasi yang dapat membantu mencegah perilaku seksual berisiko di kalangan pria dewasa awal. Dengan penelitian ini, diharapkan dapat tercipta pendekatan intervensi yang lebih efektif, yang dapat mendukung perkembangan harga diri yang sehat dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengambilan keputusan seksual yang bertanggung jawab.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional sebagaimana dikemukakan oleh Sugiyono. (2019) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel dalam konteks angka dan statistik. Penelitian ini secara spesifik menelaah hubungan antara harga diri dan konformitas teman sebaya sebagai variabel bebas, dengan perilaku seks pranikah sebagai variabel terikat pada pria dewasa awal. Pendekatan ini digunakan karena sesuai dengan karakteristik permasalahan yang bersifat korelasional dan bertujuan menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Analisis dilakukan melalui metode statistik untuk mengetahui sejauh mana variabelvariabel tersebut saling berkorelasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah pria dewasa awal berusia 18–25 tahun yang tergabung dalam komunitas “Unholly” di Kota Semarang, dengan jumlah populasi sebanyak 3.272 orang. Penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling, yaitu metode pemilihan sampel secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu, dalam hal ini

adalah pria dewasa awal yang pernah melakukan perilaku seks pranikah. Berdasarkan tabel Krejcie dan Morgan, jumlah sampel minimum yang ditentukan adalah sebanyak 346 orang. Teknik ini dianggap tepat karena hanya individu dengan karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian yang dipilih sebagai responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tiga instrumen utama dalam bentuk kuesioner yang masing-masing dirancang berdasarkan teori yang telah tervalidasi. Pertama, skala perilaku seks pranikah diukur dengan skala Guttman berdasarkan teori Yulianto (2020), yang mencakup empat aspek: touching, kissing, petting, dan intercourse. Skoring diberikan dalam bentuk pilihan biner: “Ya” diberi skor 1 dan “Tidak” diberi skor 0. Kedua, skala harga diri menggunakan skala Likert berdasarkan teori Herdman (2015) yang meliputi lima aspek, yaitu kognitif, afektif, perilaku, sosial, dan fisik. Ketiga, skala konformitas teman sebaya juga menggunakan skala Likert dengan lima aspek berdasarkan teori dari Taylor et al. (2009), yaitu peniruan, penyesuaian, kepercayaan, kesepakatan, dan ketaatan. Masing-masing skala disusun dengan pernyataan favorable dan unfavorable, dan penilaiannya dilakukan melalui pilihan: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Sebelum digunakan, instrumen-instrumen tersebut diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan dengan menganalisis daya beda tiap aitem menggunakan koefisien korelasi itemtotal, di mana aitem dinyatakan valid jika memiliki korelasi lebih dari 0,30 (Azwar, 2011). Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach’s Alpha, dan instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki nilai alpha lebih dari 0,70 (Streiner, 2016). Hasil uji menunjukkan bahwa ketiga instrumen yang digunakan memiliki reliabilitas tinggi, dengan nilai alpha berturut-turut: 0,82 untuk skala perilaku seks pranikah, 0,88 untuk skala harga diri, dan 0,85 untuk skala konformitas teman sebaya. Ini menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat konsistensi yang sangat baik.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan regresi berganda dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26.0. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui apakah variabel harga diri dan konformitas teman sebaya secara simultan maupun parsial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku seks pranikah. Sebelum melakukan analisis regresi, data diuji terlebih dahulu melalui uji asumsi klasik, seperti uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas, untuk memastikan bahwa data memenuhi syarat sebagai model regresi yang baik. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang objektif dan valid tentang hubungan antara variabelvariabel yang diteliti.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Data Karakteristik Responden

Usia	SubKategori	Frekuensi (f)	Persentase
1	18	23	4,5%
2	19	44	8,6%
3	20	76	14,8%
4	21	78	15,2%
5	22	101	19,6%
6	23	44	8,6%
7	24	33	6,4%
8	25	115	22,4%
Total			514

Mayoritas responden berada pada rentang usia 21–23 tahun, dengan latar belakang pendidikan sebagai mahasiswa aktif. Sebagian besar dari mereka sedang berada dalam hubungan romantis atau pernah menjalin relasi nonkomitmen, seperti Friends with Benefits (FWB). Dari sisi

perilaku, sebagian besar responden mengaku telah melakukan hubungan seksual pranikah lebih dari satu kali, dan bahkan terdapat 41,3% yang melaporkan telah melakukannya lebih dari lima kali.

Tabel 2. Uji Deskriptif

ASPEK	Min	Max	Empirik	SD	Min	Max	Hipotetik	SD	Ket
Perilaku sex	4	11	10,81	0,79	0	11	5,5	1,83	Tinggi
Harga diri	24	72	58,66	9,38	18	72	45	9	Tinggi
Konformitas	20	80	64,37	12,84	20	80	50	10	Tinggi

Adapun variabel dalam penelitian ini semuanya memiliki kategori yang tinggi dimana pada variabel perilaku seks pranikah memiliki presentase 98,8% (tinggi), 1,2% (sedang). Pada variabel harga diri memiliki presentase 86,0%

(tinggi), 6,4% (sedang), dan sisanya 7,6% (rendah). Kemudian pada variabel konformitas teman sebaya memiliki presentase 85,6% (tinggi), 6,2% (sedang), dan sisanya 8,2% (rendah).

Tabel 3 Kategorisasi Perilaku sex

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq 49 + 1.5(8)$	≥ 49	Tinggi	80	23%
$41 + 0.5(8) < X < 49 + 1.5(8)$	41 – 49	Sedang	197	57%
$34 - 0.5(8) < X < 40 + 0.5(8)$	34 – 40	Rendah	104	30%
Jumlah			346	100%

Sebanyak 80 responden (23%) menunjukkan kecenderungan pada kategori tinggi dengan skor ≥ 49 , mengindikasikan tingkat kecenderungan yang kuat terhadap variabel yang diteliti. Mayoritas responden, yaitu 197 orang (57%), berada pada kategori sedang dengan skor antara 41

hingga 49, mencerminkan tingkat kecenderungan yang moderat. Sementara itu, 104 responden (30%) termasuk dalam kategori rendah dengan skor antara 34 hingga 40, menunjukkan kecenderungan yang relatif lemah.

Tabel 4. Kategorisasi Harga diri

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$61 + 0.5(11) < X < 72 + 1.5(11)$	61 – 72	Tinggi	97	28%
$50 - 0.5(11) < X < 60 + 0.5(11)$	50 – 60	Sedang	163	47%
$39 - 1.5(11) < X < 49 - 0.5(11)$	39 – 49	Rendah	52	15%
Jumlah			346	100%

Sebanyak 97 responden (28%) berada pada kategori tinggi dengan skor antara 61 hingga 72, mencerminkan tingkat kecenderungan yang kuat terhadap variabel yang diteliti. Kategori sedang merupakan kelompok terbesar, terdiri dari 163 responden (47%) dengan skor 50 hingga 60,

yang menunjukkan kecenderungan pada tingkat menengah. Sementara itu, 52 responden (15%) masuk dalam kategori rendah dengan skor antara 39 hingga 49, mengindikasikan tingkat kecenderungan yang relatif lemah.

Tabel 5. Kategorisasi Konformitas

Interval Kecenderungan	Skor	Kategori	F	Persentase
$X \geq 78 + 1.5(12)$	≥ 78	Tinggi	38	11%
$66 < X < 78 + 0.5(12)$	66 – 78	Sedang	80	23%
$54 < X < 65 + 0.5(12)$	54 – 65	Rendah	228	66%
Jumlah			346	100%

Hanya 38 responden (11%) yang tergolong dalam kategori tinggi dengan skor ≥ 78 , menunjukkan bahwa sebagian kecil responden memiliki kecenderungan yang kuat. Sebanyak 80 responden (23%) berada pada kategori sedang dengan skor antara 66 hingga 78, mencerminkan

kecenderungan yang moderat. Mayoritas responden, yaitu 228 orang (66%), termasuk dalam kategori rendah dengan skor 54 hingga 65, mengindikasikan tingkat kecenderungan yang lemah terhadap variabel tersebut.

Tabel 6. Uji Normalitas

Variabel Penelitian	Nilai Sig. KolmogorovSmirnov	Keterangan
Perilaku Seks Pranikah	0,200	Normal
Harga Diri	0,074	Normal
Konformitas Teman Sebaya	0,086	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas KolmogorovSmirnov, seluruh variabel dalam penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi di atas 0,05, yaitu sebesar 0,200 untuk variabel perilaku seks pranikah, 0,074 untuk variabel harga diri, dan 0,086 untuk variabel konformitas teman sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa data dari ketiga variabel berdistribusi normal, sehingga memenuhi asumsi dasar analisis

parametrik. Dengan demikian, peneliti dapat melanjutkan analisis menggunakan teknik statistik seperti regresi linier berganda tanpa perlu melakukan transformasi data atau beralih ke metode nonparametrik. Normalitas data ini menjadi dasar yang penting untuk memastikan validitas hasil analisis yang akan dilakukan.

Tabel 7. Multikolinearitas

Variabel Bebas	Tolerance	VIF
Harga Diri	0,894	1,118
Konformitas Teman Sebaya	0,894	1,118

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, variabel bebas harga diri dan konformitas teman sebaya memiliki nilai tolerance sebesar 0,894 dan VIF sebesar 1,118. Nilai tolerance yang lebih besar dari 0,10 dan VIF yang kurang dari 10 menunjukkan bahwa kedua variabel bebas tersebut tidak mengalami multikolinearitas. Artinya, tidak terdapat

hubungan linear yang kuat antar variabel independen dalam model regresi, sehingga masing-masing variabel dapat berdiri sendiri dan layak digunakan untuk analisis regresi lanjutan tanpa menyebabkan bias atau distorsi dalam interpretasi hasil.

Tabel 8. Heteroskedastisitas

Variabel	Sd (Standar error)	Sig	Keterangan
X1 – Y (Harga Diri – Perilaku Seks)	0,177	1,000	Nonheteroskedastisitas
X2 – Y (Konformitas – Perilaku Seks)	0,199	1,000	Nonheteroskedastisitas

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas, hubungan antara variabel harga diri (X1) dan perilaku seks pranikah (Y) menunjukkan nilai standar error sebesar 0,177 dan signifikansi 1,000, sementara hubungan antara konformitas teman sebaya (X2) dan perilaku seks pranikah (Y) memiliki standar error sebesar 0,199 dan signifikansi 1,000. Kedua nilai signifikansi yang berada jauh di atas batas 0,05

mengindikasikan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas pada model regresi yang digunakan. Dengan demikian, sebaran residual dinyatakan homogen dan asumsi regresi klasik mengenai kesamaan varians residual telah terpenuhi, sehingga model regresi dapat dianggap layak dan valid untuk dianalisis lebih lanjut.

Tabel 9. Uji Regresi

Variabel	F-hit	F-tab	R ²	P
Perilaku Seks (Y) Harga Diri (X1) Konformitas (X2)	321,01	3.20	0,557	0.000

Hasil uji hipotesis simultan menunjukkan bahwa model regresi yang melibatkan variabel harga diri dan konformitas teman sebaya secara signifikan mampu memprediksi perilaku seks pranikah, dengan nilai F-hitung yang jauh melebihi F-tabel. Nilai signifikansi yang sangat kecil mengindikasikan bahwa hubungan ini tidak terjadi secara kebetulan dan memiliki makna statistik yang kuat. Dengan nilai koefisien

determinasi sebesar 55,7%, dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengah variasi dalam perilaku seks pranikah dapat dijelaskan oleh kombinasi kedua variabel independen tersebut, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model. Temuan ini menegaskan bahwa harga diri dan tekanan konformitas memiliki peran yang substansial dalam membentuk kecenderungan perilaku seksual remaja.

Tabel 10. Regresi Parsial

Variabel	Beta	Thi t	Tta b	P
Harga Diri (X1) → Perilaku Seks	-0.526	-16.875	1.964*	0.000
Konformitas (X2) → Perilaku Seks	0.728	23.362	1.964*	0.000

Analisis parsial menunjukkan bahwa harga diri menunjukkan hubungan negatif, artinya semakin rendah tingkat harga diri seseorang, semakin besar kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku seks pranikah. Sebaliknya, konformitas teman sebaya memiliki hubungan positif yang kuat, mengindikasikan bahwa tekanan sosial dari kelompok sebaya turut mendorong individu untuk mengikuti perilaku serupa, termasuk dalam hal perilaku seksual. Model regresi ini terbukti signifikan secara statistik dan mampu menjelaskan lebih dari separuh variasi perilaku seks pranikah, menunjukkan bahwa faktor psikososial seperti harga diri dan konformitas merupakan determinan penting dalam memahami dinamika perilaku remaja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa baik harga diri maupun konformitas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku seks. Pengaruh tersebut dapat memberikan gambaran tentang bagaimana individu memandang dirinya sendiri dan sejauh mana mereka dipengaruhi oleh norma sosial dalam membuat keputusan terkait perilaku seks (Zahro Malihah E. & Utami R., 2022). Harga diri, sebagai salah satu variabel yang diperiksa, memainkan peran penting dalam membentuk perilaku individu. Orang dengan harga diri yang lebih tinggi cenderung memiliki pandangan yang lebih positif terhadap diri mereka sendiri dan lebih mampu mengambil keputusan yang didasarkan pada keyakinan internal mereka (Chen & Deng Y., 2022).

Individu dengan harga diri yang rendah mungkin lebih rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk norma sosial yang ada di sekitarnya. Dengan demikian, harga diri dapat berfungsi sebagai salah satu faktor penentu utama dalam bagaimana seseorang merespons situasi sosial yang berkaitan dengan perilaku seks (Streiner, 2016). Konformitas, di sisi lain, merujuk pada kecenderungan individu untuk mengikuti norma-norma atau tekanan dari kelompok sosial di sekitarnya. Dalam konteks ini, konformitas memainkan peran yang tidak kalah pentingnya (DeLuca & Bishop M. D., 2021).

Individu yang cenderung untuk menyesuaikan perilaku mereka dengan apa yang dianggap diterima atau diinginkan oleh kelompok sosial mereka mungkin lebih dipengaruhi oleh pandangan kelompok terkait perilaku seks (Firnando dkk. 2025). Ketiga penelitian tersebut samasama menyoroti

bagaimana faktor psikologis internal (seperti harga diri, impostor syndrome, dan ketangguhan akademik) serta tekanan sosial eksternal (seperti konformitas teman sebaya dan paparan gaya hidup) memengaruhi perilaku pengambilan keputusan pada mahasiswa atau dewasa awal. Dalam konteks ini, perilaku seks pranikah, kecemasan akademik, maupun keputusan finansial yang berisiko dapat dilihat sebagai manifestasi dari kerentanan psikososial yang serupa. Individu dengan harga diri rendah atau perasaan tidak pantas (impostor) cenderung lebih mudah mengalami tekanan dalam berbagai aspek kehidupan dan mengambil keputusan yang kurang bijaksana—baik dalam relasi, akademik, maupun keuangan (Handayani dkk., 2024). Oleh karena itu, pendekatan intervensi yang membangun regulasi diri, resiliensi, dan literasi psikososial menjadi penting untuk membantu generasi muda menghadapi tekanan hidup modern secara sehat dan bertanggung jawab (J., Firnando & Suhesty, 2024).

mudah terpengaruh oleh harapan atau standar sosial dalam membuat keputusan mengenai tindakan seksual, bahkan jika hal tersebut bertentangan dengan pandangan pribadi (Yulianti, 2022). Hubungan yang signifikan antara kedua variabel ini dengan perilaku seks juga mencerminkan kompleksitas perilaku manusia. Perilaku seks bukan hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti harga diri, tetapi juga oleh faktor eksternal, termasuk pengaruh teman sebaya, keluarga, dan masyarakat (Minev dkk., 2018). Dari perspektif psikologi sosial, fenomena ini bisa dijelaskan melalui teori-teori yang menggarisbawahi pentingnya pengaruh sosial dalam pengambilan keputusan individu (Sari & Hartono Y., 2021).

Dalam budaya yang mulai menganggap seks pranikah sebagai hal yang lumrah, pria dewasa awal semakin terdorong untuk menormalisasi perilaku tersebut sebagai bagian dari identitas kelelakiannya (Mahmudah & Lestari M. D., 2023). Banyak individu merasa bahwa mereka harus mengikuti harapan sosial untuk diterima atau dihargai oleh kelompok mereka, yang pada gilirannya memengaruhi keputusan mereka terkait perilaku seksual (Malihah Zahro S. & Hidayati A., 2022). Penting untuk diingat bahwa hasil ini tidak menyarankan bahwa harga diri atau konformitas adalah satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku seks (Astirin & Putri F. D., 2021). Perilaku seks adalah area yang kompleks dan penuh dengan faktor-faktor yang saling berinteraksi (Daratista & Chandra R., 2020).

Secara psikologis, rendahnya harga diri juga berkontribusi terhadap ketidakmampuan individu dalam menolak tekanan sosial. Ketika seorang pria tidak yakin akan nilai dan kemampuan dirinya, ia menjadi lebih mudah tunduk pada ajakan atau bujukan teman sebaya, termasuk untuk melakukan seks pranikah (Hastuti & Rahmawati I., 2022). Dalam kelompok, keputusan untuk melakukan hubungan seksual bisa jadi bukan murni berasal dari dorongan pribadi, tetapi karena dorongan kolektif atau ingin menghindari rasa malu karena belum “berpengalaman.” Kebutuhan untuk diakui, dihormati, dan diterima membuat banyak individu menekan nilai pribadi mereka dan menyesuaikan diri dengan standar kelompok, bahkan jika itu berarti mengambil risiko perilaku seksual yang berbahaya (Sari & Fitriani S., 2023).

Peran konformitas juga tidak hanya berlaku dalam kelompok pertemanan langsung, tetapi juga melalui media digital. Banyak pria dewasa awal yang terpapar narasi seksual dari media sosial, forum, atau konten daring lainnya yang mengagungkan pengalaman seksual sebagai lambang keberhasilan pria (Tegegne, 2022). Narasi ini menambah tekanan psikologis terhadap individu, terutama mereka yang memiliki self-esteem rendah, untuk membuktikan dirinya secara seksual agar dianggap sejajar dengan figur-figur yang ditampilkan dalam media. Dalam hal ini, tekanan teman sebaya dan pengaruh media menciptakan sistem nilai baru yang menjadikan seks pranikah sebagai hal yang wajar, bahkan diharapkan (Ravert & Donnellan M. B., 2020).

Individu yang memiliki harga diri tinggi cenderung lebih mampu menetapkan batas pribadi dan menolak tekanan sosial. Mereka tidak mudah terpengaruh oleh norma kelompok jika nilainya bertentangan dengan prinsip yang telah mereka bangun. Penelitian Lanza dan Taylor R. D., (2021) juga menunjukkan bahwa individu dengan harga diri tinggi lebih selektif dalam mengambil keputusan seksual dan lebih menyadari risiko jangka panjang dari tindakan tersebut. Sebaliknya, mereka yang memiliki harga diri rendah cenderung mengalami konflik internal setelah melakukan perilaku seksual, termasuk rasa bersalah, penyesalan, dan bahkan depresi. Ini menunjukkan bahwa perilaku seks pranikah bukan hanya berdampak secara fisik, tetapi juga psikologis, terutama jika dilakukan tanpa kesadaran dan persetujuan penuh dari kedua pihak (Chen & Deng Y., 2022).

Dalam konteks sosial, hasil penelitian ini mengisyaratkan pentingnya pendekatan edukatif dan preventif yang tidak hanya menekankan pada risiko fisik dari seks pranikah, tetapi juga pada aspek psikologis dan sosial (Streiner, 2016). Meningkatkan harga diri individu melalui pelatihan pengembangan diri, pemberian ruang komunikasi yang sehat, serta edukasi mengenai cara menolak tekanan teman sebaya merupakan langkah penting dalam mencegah perilaku seksual yang tidak sehat. Lebih dari itu, penting pula untuk menumbuhkan kesadaran kritis terhadap norma-norma kelompok yang tidak sejalan dengan nilai moral dan etika individu (DeLuca & Bishop M. D., 2021).

Keluarga dan institusi pendidikan memiliki peran krusial dalam membentuk dasar harga diri sejak usia dini. Pola asuh yang suportif, keterlibatan emosional orang tua, serta komunikasi terbuka mengenai seksualitas menjadi pondasi

penting bagi perkembangan harga diri yang sehat (Lanza & Taylor R. D., 2021). Dalam masyarakat yang semakin terbuka, ketahanan psikologis dan kemampuan untuk berpikir kritis menjadi bekal utama bagi pria dewasa awal untuk menghadapi tekanan sosial yang kompleks, terutama yang berkaitan dengan seksualitas (Nguyen Do H. T. & Le T. M., 2024).

Perilaku seks pranikah pada pria dewasa awal tidak dapat dipisahkan dari pengaruh internal berupa harga diri, serta pengaruh eksternal berupa konformitas teman sebaya. Keduanya saling berkaitan dan dapat memperkuat satu sama lain dalam mendorong individu menuju perilaku seksual berisiko (Azkiyati, 2018; Lestari, 2020). Maka dari itu, strategi intervensi yang menasar peningkatan harga diri dan penguatan resistensi terhadap tekanan sosial sangat relevan dalam upaya mencegah dan mengurangi perilaku seks pranikah yang tidak sehat pada kelompok usia ini.

Harga diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku seksual (Orth & Robins, 2015). Individu dengan tingkat harga diri yang sehat cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik serta kesadaran yang lebih tinggi dalam membuat keputusan, termasuk dalam hal perilaku seksual. Harga diri yang positif memungkinkan seseorang untuk lebih menghargai dirinya dan tidak mudah terbawa arus lingkungan yang dapat mendorong pada tindakan berisiko (Chen dkk., 2019).

Harga diri yang rendah sering kali membuat individu mencari pengakuan atau penerimaan dari luar dirinya (Yudiono & Sulisty, 2020). Dalam konteks ini, perilaku seksual bisa menjadi bentuk kompensasi atau pelarian untuk mendapatkan rasa diterima, terutama ketika individu merasa kurang berharga atau mengalami penolakan dari lingkungan sosial. Akibatnya, keputusan yang diambil dalam hubungan seksual tidak selalu berdasarkan pertimbangan yang rasional atau nilai pribadi yang kuat (Putri dkk., 2024).

Harga diri memainkan peran penting dalam regulasi emosi dan pengambilan keputusan. Ketika seseorang merasa berharga, ia cenderung menempatkan batasan terhadap dirinya dan tidak mudah menyerah pada tekanan lingkungan (Hume-Figueroa & Téllez-Alanís, 2025). Oleh karena itu, penguatan harga diri menjadi langkah penting dalam membentuk perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab. Konformitas juga terbukti memiliki pengaruh terhadap perilaku seksual individu. Konformitas merupakan dorongan untuk menyesuaikan diri dengan norma, kebiasaan, atau harapan sosial yang ada di lingkungan sekitar. Ketika seseorang sangat ingin diterima dalam kelompoknya, ia cenderung mengikuti perilaku yang berlaku dalam kelompok tersebut, termasuk dalam hal perilaku seksual (Lopes dkk., 2022).

Tekanan dari kelompok sebaya atau lingkungan sosial yang permisif sering kali menjadi faktor pendorong terjadinya perilaku seksual yang tidak direncanakan atau dilakukan tanpa pertimbangan yang matang. Dalam situasi seperti ini, konformitas menjadi kekuatan sosial yang kuat, yang dapat mengalahkan nilai pribadi atau keyakinan moral seseorang (Minev Petrova dkk., 2018). Konformitas juga sering dimaknai sebagai upaya untuk mempertahankan status sosial atau

posisi dalam kelompok. Keinginan untuk tidak dianggap berbeda atau takut dikucilkan dapat membuat individu lebih mudah menerima ajakan atau pengaruh dari teman-temannya, bahkan jika tindakan tersebut sebenarnya bertentangan dengan nilai yang diyakini (Gao & Li, 2024).

KESIMPULAN

Harga diri dan konformitas teman sebaya berperan signifikan dalam memengaruhi perilaku seks pranikah pada pria dewasa awal, di mana individu dengan harga diri rendah dan berada dalam lingkungan sosial yang permisif cenderung lebih mudah terdorong melakukan hubungan seksual di luar nikah. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar mengikutsertakan variabel lain seperti kontrol diri atau dukungan keluarga untuk memperkaya pemahaman terhadap faktor-faktor yang memengaruhi perilaku seksual. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya penguatan program pengembangan harga diri dan keterampilan menolak tekanan sosial dalam lingkungan pendidikan tinggi sebagai upaya preventif terhadap perilaku seksual berisiko di kalangan pria dewasa awal.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiesia, K., & Sofia, L. (2021). Gambaran Celebrity Worship dan Psychological Well Being Pada Wanita Dewasa Awal Penggemar Korean Pop. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 886–899.
- Alford & Denny G., A. R. (2020). The impact of peer norms and self-perception on adolescent sexual behavior. *Youth & Society*, 52(3), 345–362. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0044118X18812942>
- Andi. A. (2021). Pengaruh Self Acceptance terhadap Body Image Pada Wanita Dewasa Awal Di Kota Makassar. *Acceptance*, 1(1), 36–47.
- Anggraeni, A., & Hijrianti, U. (2023). Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik. *Cognicia*, 11(1), 15–23.
- Astirin & Putri F. D., O. P. (2021). Risk behavior in sexual activity among college students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 312–325. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/02673843.2020.1808354>
- Azkiyati, N. (2018). Hubungan konflik peran ganda dan manajemen waktu dengan stres kerja Pada wanita menikah yang berprofesi sebagai guru. *Psikoborneo*, 6(1), 9–16.
- Baams Dubas J. S. Overbeek G. & van Aken M. A., L. (2021). Self-esteem and risky sexual behaviors in emerging adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 68(5), 888–894. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.12.016>
- Brown & Larson J., B. B. (2021). Peer pressure in adolescent sexual decision-making. *Adolescence*, 56(223), 545–561. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/00027642221077521>
- Bukowski Laursen B. & Rubin K. H., W. M. (2022). Peer relationships and adjustment to adolescence. *Developmental Psychology*, 58(4), 675–689. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/dev0001202>
- Chen & Deng Y., W. (2022). The influence of peer pressure on self-esteem among college students. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 6(10), 1252–1258. <https://doi.org/https://doi.org/10.47772/IJRISS.2022.61022>
- Chen, G., Huang, S. (Sam), & Hu, X. (2019). Backpacker Personal Development, Generalized Self-Efficacy, and Self-Esteem: Testing a Structural Model. *Journal of Travel Research*, 58(4), 680–694. <https://doi.org/10.1177/0047287518768457>
- Damayanti, A. (2018). Pengaruh Trauma Masa Kanak Terhadap Kelekatan Dewasa Pada Dewasa Awal Yang Pernah Menyaksikan KDRT Ditinjau Dari Kepribadian.
- Daratista & Chandra R., D. M. (2020). Hubungan antara harga diri dan perilaku seksual pranikah. *Jurnal Psikologi Insight*, 3(2), 89–97. <https://doi.org/https://doi.org/10.31294/jpsi.v3i2.12389>
- DeLuca & Bishop M. D., H. K. (2021). The role of peers in emerging adults' romantic and sexual behavior. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(5), 1320–1339. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/0265407520986059>
- Dewi, A., & Ambarwati, D. (2023). Hubungan Kelekatan Ayah dengan Regulasi Emosi pada Wanita Dewasa Awal yang Bekerja dan Belum Menikah. *Psyche 165 Journal*, 16(4), 282–287.
- Firmando, J., R. S. A., Sejati. R. A., S. A. Z., R. S. N., & S. L. (2025). Financial QuotientGenerasi Z: Lifestyle Exposed dan Strategi Manajemen Risiko dalam Penggunaan Pinjaman Online. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(1), 84–104.
- Firmando, J., & Suhesty, A. (2024). Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa ditinjau dari impostor syndrome dan Ketangguhan Akademik. *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, 22(2), 177–193.
- Fitriyah Nursalam N. & Sari N. P., N. (2023). Predictors of premarital sexual behavior among college students in Indonesia. *SAGE Open*, 13(1), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/2158244020963560>
- Gao, Y., & Li, X. (2024). Reciprocal Relationships Between Self-Esteem, Coping Styles, and Anxiety Symptoms in Adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 1(1), 18–28.
- Garvin, D. J. (2018). Self-esteem and peer norms: Predictors of sexual behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(9), 1846–1859. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10964-018-0881-z>
- Hananiah, R., & Sanjaya, E. (2023). Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Kepuasan Hubungan pada Pernikahan Jarak Jauh Pasangan Dewasa Awal. *JIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(8), 6009–6015.
- Handayani, N., Humaira, H., Firmando, J., Suhendra, A., & Malik, D. (2024). Model Kirkpatrick Sebagai Metode Mengukur Hasil Pelatihan Responsibility Dalam Berorganisas. *Plakat: Jurnal Pelayanan Kepada Masyarakat*, 6(1), 51–72.
- Hastuti & Rahmawati I., P. (2022). Peer pressure does not predict premarital sex: A mediation analysis. *Asian Journal of Social Psychology*, 25(3), 243–251. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/ajsp.12455>
- Hume-Figueroa, M., & Téllez-Alanís, B. (2025). Self-esteem and Self-concept as Predictors of Social Anxiety in University Students. *Revista Educación*, 49(1), 1–12.
- Lanza & Taylor R. D., H. I. (2021). Peer influence and risky sexual behavior among emerging adults. *Journal of Adolescent Health*, 69(2), 204–210. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.11.005>
- Lestari, W. (2020). Pengaruh Konsep Diri dan Konformitas Terhadap Perilaku Bullying. *Jurnal Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi. Jurnal Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 4662–4671.
- Li, X., & Liao, H. (2021). Linking undergraduates' future orientation and their employability confidence: The role of vocational identity clarity and internship effectiveness. *Journal of Career Development*, 48(5), 445–458. <https://doi.org/10.1177/0894845320923567>
- Lopes, R., Almeida, R., & Lima, M. (2022). Parenting styles and children's self-esteem: The mediating role of perceived competence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 1023.
- Mahmudah & Lestari M. D., U. (2023). Self-control and peer conformity on adolescent premarital behavior. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 12(1), 45–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/479621>
- Malihah Zahro S. & Hidayati A., E. (2022). Pre-marital sexual behavior: Role of peer conformity, attachment, and self-control. *Journal of Family Sciences*, 7(1), 17–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.29244/jfs.v7i1.42335>
- Maulida, W., & Rifayanti, R. (2022). Harga Diri dengan Pengungkapan Diri pada Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan dalam Berpacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(3), 558–565.
- Minev Petrova B. Mineva K. Petkova M. & Strebkova R., M. (2018). Self-esteem in adolescents. *Trakia Journal of Sciences*, 16(2), 114–118. <https://doi.org/https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>
- Naufal, R. (2022). Perubahan psikologis pada fase dewasa awal: Dampak kecemasan dan perasaan ketidakmampuan. *Psikologi Remaja*, 15(1), 50–62.
- Nguyen Do H. T. & Le T. M., T. T. (2024). Self-esteem, social influence, and sexual behavior in college-aged men. *SAGE Open*, 14(2), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/21582440231159950>
- Okeke Abrahams M. A. & Moletsane R., C. I. O. (2020). Psychological effects of risky sexual behavior on male youth with low self-esteem. *African Journal of Psychology*, 50(2), 101–117. <https://doi.org/https://doi.org/10.4102/ajpsy.v50i2.1125>

- Orth, U., & Robins, R. (2015). The development of self-esteem. . *Current Directions in Psychological Science*, 9(2), 379–388.
- Paputungan, P. (2023). Identitas diri pada dewasa awal: Tantangan dan dinamika dalam peralihan menuju kedewasaan. *urnal Psikologi Klinis*, 28(4), 220–230.
- Pratiwi & Kusumastuti R., M. A. (2020). The relationship between self-esteem and sexual activity in adolescents. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 39(1), 42–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jpi.54270>
- Putri, A. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *Schoulid: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35–40.
- Putri, A., Rifayanti, R., & Ramadhani, A. (2024). Revealing the Relationship between Self-Esteem and Self-Concept: Revealing a Correlation Study on Catcalling Victim Women. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(3), 371–377.
- Ravert & Donnellan M. B., R. D. (2020). Self-esteem and sexual decision making. *Sexuality Research and Social Policy*, 17(3), 335–345. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s13178-019-00410-2>
- Sari & Fitriani S., A. P. (2023). The influence of peer conformity on premarital sexual behavior in adolescents. *International Journal of Social Sciences*, 6(1), 25–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.7688123>
- Sari & Hartono Y., K. (2021). The effect of self-esteem on the tendency of premarital sex. *Jurnal Psikologi Sosial*, 8(1), 67–75. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jps.8.1.67-75>
- Senobaan, Y., Y., R. A., & Rasyid, M. (2022). Strategi Koping dan Komitmen Menjalin Hubungan pada Pria Dewasa Awal Pasca Ditinggalkan Pasangan Terdahulunya. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(1), 114–127.
- Streiner, D. L. (2016). Starting at the beginning: An introduction to coefficient alpha and internal consistency. *Journal of Personality Assessment*, 86(2), 101–106. https://doi.org/https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8602_01
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta, N/A, N/A. <https://doi.org/N/A>
- Suryani & Hanum L., A. (2022). Trends in premarital sex among young men in urban Indonesia. *Malaysian Journal of Youth Studies*, 17(4), 210–222. <https://doi.org/https://doi.org/10.21315/mjys2022.17.4.12>
- Tegegne, F. (2022). Self-esteem and premarital sexual behavior among college students in Ethiopia. *Frontiers in Psychology*, 13, 923639. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.923639>
- Wibowo, R. (2021). Positive and negative peer conformity: Impact on student sexual attitudes. *Jurnal Psikologi UGM*, 47(2), 98–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jpsi.66021>
- Yudiono, U., & Sulisty, S. (2020). Self-esteem: Faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Wiyata Dharma: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 8(2), 89–105.
- Yulianti, E. (2022). Self-esteem and conformity on premarital sexual behavior in young women. *AJSS: Al-Ishlah: Jurnal Sosial dan Studi Agama*, 10(2), 132–145. <https://doi.org/https://doi.org/10.15408/ajss.v10i2.23345>
- Yulianto, A. (2020). Aspek psikologis dalam perilaku seksual remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(2), 34–43. <https://doi.org/https://doi.org/10.26858/jppk.v6i2.12837>
- Zahro Malihah E. & Utami R., S. (2022). Adolescent-parent attachment, self-control and peer roles on premarital sexual behavior. *Journal of Family Sciences*, 7(2), 85–97. <https://doi.org/https://doi.org/10.29244/jfs.v7i2.42812>
- Zamriyani & Aulia N., M. (2021). Low self-esteem and sexual permissiveness. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(2), 110–119. <https://doi.org/https://doi.org/10.31294/jpsi.v4i2.12267>