

## KONSTRUKSI PENGENDALIAN DIRI MAHASISWA PERANTAU TERHADAP PERILAKU PERGAULAN BEBAS DALAM PERSPEKTIF TEORI OPERANT CONDITIONING SKINNER

Paternus Kurniawan Tri Andika Bala Langobelen<sup>1</sup>, Chrisistomus S. Oiladang<sup>2</sup>, Aelsthri Ndandara<sup>3</sup>

[tryandkal@gmail.com](mailto:tryandkal@gmail.com)<sup>1</sup>, [chris.oiladang@staf.undana.ac.id](mailto:chris.oiladang@staf.undana.ac.id)<sup>2</sup>, [aelsthri.ndandara@staf.undana.ac.id](mailto:aelsthri.ndandara@staf.undana.ac.id)<sup>3</sup>  
Universitas Nusa Cendana

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami realitas pergaulan bebas di kalangan mahasiswa perantau angkatan 2022 Program Studi Sosiologi Universitas Nusa Cendana serta mengkaji mekanisme self control yang mereka lakukan dalam menghadapi tekanan sosial di lingkungan perantauan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara mendalam, studi literatur, dan dokumentasi terhadap sembilan informan yang dipilih secara purposive. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pergaulan bebas mahasiswa perantau ditandai oleh aktivitas nongkrong hingga larut malam, konsumsi minuman beralkohol, gaya hidup hedonistik, serta hubungan sosial yang cenderung bebas. Dalam menghadapi kondisi tersebut, mahasiswa menunjukkan bentuk self control yang beragam, seperti kemampuan menolak ajakan negatif, selektivitas dalam memilih lingkungan pertemanan, serta adaptasi melalui pengalaman. Self control yang dimiliki bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh faktor internal berupa kesadaran diri dan nilai keluarga, serta faktor eksternal seperti lingkungan pertemanan, tempat tinggal, media sosial, dan budaya perkotaan. Dalam perspektif teori operant conditioning Skinner, pengendalian diri terbentuk melalui proses pembelajaran yang melibatkan penguatan dan konsekuensi perilaku. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kemampuan self control mahasiswa perantau sangat ditentukan oleh interaksi antara nilai internal dan pengalaman sosial yang mereka alami selama proses perantauan.

**Kata Kunci:** Self Control, Mahasiswa Perantau, Pergaulan Bebas, Operant Conditioning, Skinner.

### ABSTRACT

*This study aims to understand the reality of free association among migrant students of the 2022 cohort in the Sociology Study Program at Nusa Cendana University and to examine the self-control mechanisms they employ in facing social pressures in a migrant environment. This research adopts a qualitative approach using a case study method, with data collected through observation, in-depth interviews, literature review, and documentation involving nine purposively selected informants. The findings reveal that free association among migrant students is characterized by activities such as late-night socializing, alcohol consumption, hedonistic lifestyles, and relatively unrestricted romantic relationships. In dealing with these conditions, students demonstrate varying levels of self-control, including the ability to refuse negative influences, selectivity in choosing peer groups, and adaptive behavior shaped by experience. Self-control is found to be dynamic and influenced by internal factors such as self-awareness and family values, as well as external factors including peer environment, living conditions, social media, and urban culture. From the perspective of Skinner's operant conditioning theory, self-control is formed through learning processes involving reinforcement and behavioral consequences. This study concludes that the level of self-control among migrant students is determined by the interaction between internal values and social experiences encountered during their migration process.*

**Keywords:** Self-Control, Migrant Students, Free Association, Operant Conditioning, Skinner.

### PENDAHULUAN

Fenomena pergaulan bebas di kalangan mahasiswa dewasa ini tidak dapat dilepaskan dari dinamika perubahan sosial yang semakin kompleks, terutama dalam konteks mobilitas pendidikan yang mendorong mahasiswa untuk merantau. Mahasiswa perantau

berada pada situasi transisi yang tidak hanya bersifat geografis, tetapi juga sosial dan psikologis, di mana mereka mengalami pergeseran dari lingkungan yang terstruktur menuju ruang sosial yang lebih bebas dan minim kontrol. Dalam kondisi tersebut, kebebasan yang diperoleh seringkali tidak diimbangi dengan kesiapan individu dalam mengelola perilaku, sehingga memunculkan berbagai bentuk penyimpangan sosial yang dikenal sebagai pergaulan bebas. Fenomena ini tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling mempengaruhi, baik pada level individu maupun lingkungan sosial. Berbagai studi menunjukkan bahwa perubahan nilai akibat globalisasi, paparan media, serta lemahnya kontrol sosial keluarga menjadi pemicu meningkatnya perilaku menyimpang di kalangan mahasiswa (Ekapti & Hakim, 2022; Ratnawati dkk., 2024; Shaluhiah dkk., 2025). Oleh karena itu, memahami pergaulan bebas tidak cukup hanya dengan melihat perilaku yang tampak, tetapi perlu menelusuri proses sosial yang melatarbelakanginya. Dengan demikian, fenomena ini menuntut pendekatan analitis yang lebih mendalam dan kontekstual.

Lebih jauh, dalam konteks Indonesia, fenomena pergaulan bebas semakin diperkuat oleh perkembangan teknologi dan arus budaya global yang mempengaruhi cara pandang serta perilaku mahasiswa. Paparan media digital, termasuk konten pornografi, telah terbukti berkorelasi dengan peningkatan perilaku seksual berisiko, terutama ketika individu tidak memiliki mekanisme kontrol diri yang memadai (Ekapti & Hakim, 2022; Shaluhiah dkk., 2025). Selain itu, penetrasi budaya populer seperti Korean Wave turut membentuk gaya hidup, preferensi, dan orientasi nilai mahasiswa yang dalam beberapa kasus berpotensi menggeser norma tradisional yang sebelumnya menjadi pedoman perilaku (Ekapti & Hakim, 2022). Situasi ini semakin kompleks ketika mahasiswa berada dalam lingkungan sosial baru yang didominasi oleh teman sebaya, di mana norma kelompok seringkali menjadi acuan utama dalam bertindak. Tekanan sosial yang muncul dari kelompok tersebut dapat mendorong individu untuk menyesuaikan diri, bahkan ketika perilaku yang diadopsi bertentangan dengan nilai pribadi. Dengan kata lain, mahasiswa tidak hanya berhadapan dengan perubahan eksternal, tetapi juga dengan tuntutan untuk beradaptasi secara sosial. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai bagaimana individu merespons tekanan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam kerangka tersebut, mahasiswa perantau menjadi kelompok yang menarik untuk dikaji karena mereka berada pada posisi yang sangat rentan sekaligus strategis dalam proses pembentukan perilaku. Kehidupan di lingkungan baru menuntut mereka untuk beradaptasi dengan berbagai kondisi, mulai dari pola interaksi sosial hingga struktur lingkungan tempat tinggal. Studi mengenai fenomena studentification menunjukkan bahwa konsentrasi mahasiswa dalam suatu wilayah dapat mengubah dinamika sosial, termasuk pola interaksi dan kualitas lingkungan hidup (Abdul-Rahman dkk., 2023). Perubahan ini tidak hanya berdampak pada masyarakat lokal, tetapi juga pada mahasiswa itu sendiri dalam proses adaptasi sosial mereka. Selain itu, faktor lingkungan seperti akses terhadap fasilitas, tingkat kepadatan, serta norma sosial setempat turut mempengaruhi kenyamanan dan perilaku mahasiswa (Hrast dkk., 2023; Mulliner dkk., 2020). Dalam kondisi tersebut, mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri secara aktif agar dapat bertahan dan berfungsi secara optimal. Namun, tidak semua individu memiliki kapasitas adaptasi yang sama, sehingga muncul variasi dalam respon terhadap lingkungan. Di sinilah pentingnya melihat bagaimana individu mengelola dirinya dalam menghadapi situasi tersebut.

Pengelolaan diri dalam menghadapi berbagai tekanan sosial tersebut berkaitan erat dengan konsep self control atau pengendalian diri. Dalam perspektif behavioristik yang dikembangkan oleh Skinner, self control dipahami sebagai perilaku yang dibentuk melalui proses belajar yang melibatkan mekanisme reinforcement dan punishment dalam kerangka

operant conditioning. Artinya, kemampuan individu untuk mengendalikan diri bukanlah sesuatu yang bersifat bawaan, melainkan hasil dari interaksi terus-menerus dengan lingkungan yang memberikan konsekuensi terhadap perilaku tertentu. Penguatan terhadap perilaku yang dianggap positif akan meningkatkan kemungkinan perilaku tersebut diulang, sementara hukuman atau ketiadaan penguatan dapat menurunkan perilaku yang tidak diinginkan (Efremova & Huseynova, 2020). Dalam konteks mahasiswa perantau, lingkungan baru menjadi arena utama di mana proses pembelajaran tersebut berlangsung. Oleh karena itu, variasi dalam pengalaman lingkungan akan menghasilkan variasi dalam tingkat self control individu. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian diri merupakan konstruksi yang dinamis dan kontekstual. Dengan demikian, analisis terhadap self control perlu mempertimbangkan dimensi lingkungan secara serius.

Namun demikian, self control tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, melainkan juga dipengaruhi oleh kondisi internal individu. Perkembangan biologis dan kognitif pada masa remaja akhir hingga dewasa awal berperan penting dalam membentuk kemampuan regulasi diri, termasuk dalam mengendalikan impuls dan emosi (Moesarofah, 2024; Projo dkk., 2022). Selain itu, faktor psikologis seperti self-esteem dan kesehatan mental turut menentukan sejauh mana individu mampu mengelola perilakunya secara adaptif (Putu & Putu, 2023). Individu dengan kondisi psikologis yang stabil cenderung memiliki kemampuan kontrol diri yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang mengalami tekanan emosional. Di sisi lain, nilai-nilai religius dan identitas diri juga dapat menjadi landasan moral yang memperkuat pengendalian diri (Rosmiati & Tabroni, 2021). Dengan demikian, self control merupakan hasil interaksi antara dimensi biologis, psikologis, dan nilai-nilai internal individu. Hal ini memperlihatkan bahwa pengendalian diri tidak dapat dipahami secara sederhana, melainkan harus dilihat sebagai proses yang kompleks. Oleh karena itu, pendekatan multidimensional menjadi penting dalam menganalisis fenomena ini.

Selanjutnya, faktor eksternal seperti keluarga dan lingkungan sosial memiliki kontribusi signifikan dalam membentuk dan mempertahankan self control individu. Keluarga sebagai agen sosialisasi pertama berperan dalam membentuk pola perilaku dan nilai-nilai yang menjadi dasar pengendalian diri. Namun, dalam konteks mahasiswa perantau, jarak dengan keluarga seringkali mengurangi intensitas pengawasan dan dukungan yang sebelumnya tersedia (Chairiyah dkk., 2024; Putu & Putu, 2023). Kondisi ini membuka ruang bagi pengaruh lingkungan sosial yang lebih luas, terutama teman sebaya, untuk mengambil peran dominan dalam membentuk perilaku. Tekanan sosial dari kelompok teman dapat mempengaruhi keputusan individu melalui mekanisme normatif dan informasional (Klärner & Lippe, 2022; Li dkk., 2022). Selain itu, perkembangan media sosial turut memperkuat pengaruh tersebut dengan memperluas jaringan interaksi dan mempercepat penyebaran norma perilaku (Maltby dkk., 2024). Dalam situasi ini, individu dihadapkan pada berbagai pilihan perilaku yang tidak selalu sejalan dengan nilai-nilai yang dimilikinya. Oleh karena itu, kemampuan self control menjadi sangat krusial dalam menentukan arah perilaku individu.

Interaksi antara self control dan tekanan sosial tersebut pada akhirnya membentuk pola perilaku mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari. Individu dengan self control yang kuat cenderung mampu menahan diri dari pengaruh negatif lingkungan, sementara mereka yang memiliki self control rendah lebih rentan terhadap perilaku menyimpang. Namun, hubungan ini tidak bersifat satu arah, karena tekanan sosial juga dapat melemahkan kemampuan pengendalian diri, terutama dalam situasi yang penuh tekanan atau konflik identitas (Maltby dkk., 2024). Selain itu, struktur jaringan sosial dan tingkat modal sosial dalam kelompok juga mempengaruhi kekuatan tekanan yang dialami individu (Klärner &

Lippe, 2022; Li dkk., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa perilaku menyimpang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga oleh dinamika sosial yang lebih luas. Dengan demikian, pemahaman terhadap perilaku mahasiswa perlu mempertimbangkan hubungan timbal balik antara individu dan lingkungan. Pendekatan ini memungkinkan analisis yang lebih komprehensif terhadap fenomena pergaulan bebas.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku menyimpang dan self control, masih terdapat kesenjangan dalam memahami bagaimana self control dikonstruksi dalam pengalaman nyata mahasiswa perantau. Sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung bersifat kuantitatif dan berfokus pada hubungan antar variabel, sehingga kurang menggambarkan dinamika subjektif yang dialami individu. Selain itu, integrasi antara teori behavioristik Skinner dengan konteks sosial mahasiswa perantau masih jarang dilakukan. Padahal, pendekatan ini memiliki potensi untuk menjelaskan bagaimana perilaku dibentuk melalui interaksi dengan lingkungan secara konkret. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengkaji konstruksi self control secara kualitatif dalam konteks pergaulan bebas mahasiswa perantau. Orisinalitas penelitian ini terletak pada upaya menghubungkan teori operant conditioning dengan realitas sosial yang dialami individu secara langsung. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Berdasarkan keseluruhan uraian tersebut, maka penelitian ini difokuskan pada satu rumusan masalah utama, yaitu bagaimana konstruksi self control mahasiswa perantau dalam menghadapi pergaulan bebas serta faktor-faktor yang mempengaruhinya dalam perspektif teori operant conditioning Skinner. Rumusan masalah ini menjadi landasan untuk menggali secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa dalam mengelola perilaku mereka di tengah tekanan sosial yang kompleks. Penelitian ini bertujuan untuk memahami mekanisme pengendalian diri yang digunakan oleh mahasiswa serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung maupun menghambatnya. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih utuh dan kontekstual mengenai fenomena yang dikaji. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan strategi intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan pengendalian diri mahasiswa. Lebih jauh, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian akademik dalam bidang sosiologi dan psikologi sosial, khususnya terkait dengan dinamika kehidupan mahasiswa perantau.

## **METODOLOGI**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam konstruksi self control mahasiswa perantau dalam menghadapi pergaulan bebas. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali pengalaman subjektif, makna, serta dinamika sosial yang dialami individu dalam konteks kehidupan perantauan. Lokasi penelitian difokuskan pada mahasiswa perantau angkatan 2022 Program Studi Sosiologi Universitas Nusa Cendana. Subjek penelitian ditentukan melalui teknik purposive sampling dengan kriteria mahasiswa yang merantau dan memiliki pengalaman terkait pergaulan bebas. Jumlah informan sebanyak sembilan orang, terdiri dari tujuh laki-laki dan dua perempuan, dengan pertimbangan kecukupan data (data saturation) sehingga informasi yang diperoleh telah menunjukkan pola yang berulang. Pemilihan informan juga mempertimbangkan keterlibatan aktif dalam kehidupan sosial agar data yang diperoleh bersifat mendalam dan kontekstual.

Instrumen utama penelitian ini adalah peneliti sebagai human instrument, yang didukung oleh pedoman wawancara semi-terstruktur, lembar observasi, dan dokumentasi.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan studi dokumentasi secara simultan. Observasi digunakan untuk memahami konteks sosial dan pola interaksi mahasiswa di lingkungan perantauan, sedangkan wawancara mendalam dilakukan untuk menggali pengalaman, persepsi, serta mekanisme self control yang dimiliki informan. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk memperkuat temuan lapangan. Seluruh proses pengumpulan data dilakukan secara fleksibel namun tetap terarah pada fokus penelitian, dengan membangun hubungan interpersonal yang baik agar informan dapat memberikan informasi secara terbuka dan autentik.

Analisis data dilakukan secara induktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi dan memfokuskan informasi yang relevan dengan tujuan penelitian, kemudian disajikan dalam bentuk narasi tematik untuk memudahkan pemahaman pola dan hubungan antar data. Penarikan kesimpulan dilakukan secara berkelanjutan dengan menginterpretasikan makna dari data yang diperoleh. Untuk menjaga keabsahan data, digunakan teknik triangulasi sumber dan teknik, serta member check kepada informan guna memastikan kesesuaian interpretasi. Dengan prosedur tersebut, penelitian ini diharapkan menghasilkan temuan yang kredibel, sistematis, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa perantau angkatan 2022 Program Studi Sosiologi Universitas Nusa Cendana Kupang dengan jumlah informan sebanyak sembilan orang, yang terdiri dari tujuh laki-laki dan dua perempuan. Seluruh informan merupakan mahasiswa semester VIII dengan rentang usia antara 21 hingga 23 tahun. Informan berasal dari berbagai daerah di Nusa Tenggara Timur, yaitu Flores Timur, Alor, Sabu Raijua, Amarasi, Manggarai, Malaka, dan Lembata. Berdasarkan tempat tinggal, tujuh informan tinggal di kos campur, sedangkan dua informan perempuan tinggal di kos khusus putri. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar informan hidup dalam lingkungan yang relatif minim pengawasan langsung dari keluarga, serta memiliki tingkat interaksi sosial yang cukup tinggi di lingkungan tempat tinggal. Seluruh informan telah menjalani kehidupan perantauan selama kurang lebih empat tahun, sehingga memiliki pengalaman yang cukup dalam beradaptasi dengan lingkungan sosial baru.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ditemukan bahwa realitas pergaulan bebas di kalangan mahasiswa perantau cukup beragam dan menjadi bagian dari kehidupan sosial sehari-hari. Bentuk pergaulan bebas yang paling sering muncul adalah aktivitas nongkrong hingga larut malam, yang dilakukan baik di lingkungan kos maupun di tempat umum seperti kafe dan tempat hiburan. Salah satu informan dengan inisial IL menyatakan bahwa “biasanya kumpul-kumpul itu sampai tengah malam, kadang juga sampai subuh kalau lagi santai dengan teman-teman.” Selain itu, aktivitas ini seringkali tidak hanya sebatas interaksi sosial biasa, tetapi juga disertai dengan konsumsi minuman beralkohol. Informan GS mengungkapkan bahwa “minum itu sudah biasa di lingkungan teman-teman, apalagi kalau lagi ada acara atau kumpul ramai.” Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa konsumsi alkohol menjadi bagian yang cukup umum dalam pergaulan mahasiswa perantau.

Selain konsumsi alkohol, bentuk pergaulan bebas lainnya yang ditemukan adalah gaya hidup hedonistik, yang ditandai dengan kecenderungan untuk mencari kesenangan, hiburan, dan pengalaman sosial tanpa mempertimbangkan dampak jangka panjang. Informan GD menyampaikan bahwa “kadang ikut teman saja, yang penting senang, walaupun sebenarnya tahu itu tidak terlalu baik.” Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan mengikuti arus pergaulan tanpa pertimbangan yang mendalam. Selain itu, hubungan pacaran yang relatif bebas juga menjadi bagian dari fenomena pergaulan bebas

yang ditemukan dalam penelitian ini. Informan OB menyatakan bahwa “di sini itu hubungan pacaran lebih bebas dibanding di kampung, jadi kadang batasannya sudah tidak terlalu diperhatikan.” Pernyataan ini menggambarkan adanya perubahan norma dalam hubungan interpersonal yang dialami oleh mahasiswa perantau.

Dalam menghadapi realitas pergaulan bebas tersebut, setiap informan menunjukkan bentuk self control yang berbeda-beda. Salah satu bentuk pengendalian diri yang ditemukan adalah kemampuan untuk menolak ajakan negatif dari lingkungan pertemanan. Informan JB menyatakan bahwa “kalau ajakan yang tidak baik biasanya saya tolak, karena saya ingat tujuan saya ke sini untuk kuliah.” Pernyataan ini menunjukkan adanya kesadaran individu dalam menentukan prioritas, khususnya terkait dengan tujuan akademik. Selain itu, beberapa informan juga menunjukkan kemampuan untuk membatasi diri dalam aktivitas sosial tertentu. Informan AT mengungkapkan bahwa “saya tetap ikut kumpul, tapi tidak semua hal saya ikuti, ada batasannya.” Hal ini menunjukkan adanya upaya untuk tetap berinteraksi sosial tanpa sepenuhnya terlibat dalam perilaku yang dianggap menyimpang.

Bentuk self control lainnya yang ditemukan adalah selektivitas dalam memilih lingkungan pertemanan. Informan EK menyatakan bahwa “saya pilih-pilih teman, karena kalau salah pergaulan bisa ikut terbawa.” Pernyataan ini menunjukkan bahwa informan memiliki kesadaran terhadap pengaruh lingkungan sosial terhadap perilaku mereka. Selain itu, informan juga menunjukkan adanya proses adaptasi dalam menghadapi lingkungan pergaulan yang baru. Informan DL mengungkapkan bahwa “awalnya kaget dengan pergaulan di sini, tapi lama-lama belajar untuk menyesuaikan diri dan menjaga diri.” Hal ini menunjukkan bahwa self control tidak muncul secara instan, tetapi melalui proses pembelajaran dan pengalaman selama masa perantauan.

Selain itu, beberapa informan juga menunjukkan bahwa pengalaman masa lalu menjadi faktor penting dalam membentuk pengendalian diri. Informan WL menyatakan bahwa “pernah ikut-ikutan teman, tapi setelah itu merasa tidak nyaman, jadi sekarang lebih hati-hati.” Pernyataan ini menunjukkan bahwa pengalaman negatif dapat menjadi dasar bagi individu untuk mengembangkan mekanisme self control yang lebih baik. Dalam konteks ini, self control terlihat sebagai proses yang berkembang seiring waktu, berdasarkan interaksi antara individu dan lingkungan sosialnya. Hal ini juga terlihat dari pernyataan informan lain yang menunjukkan adanya perubahan perilaku setelah mengalami konsekuensi tertentu dari tindakan yang dilakukan.

Berdasarkan data yang diperoleh, faktor-faktor yang mempengaruhi self control mahasiswa perantau dapat dibedakan menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kesadaran diri serta nilai-nilai yang telah diinternalisasi dari keluarga dan agama. Informan IL menyatakan bahwa “saya selalu ingat pesan orang tua, jadi itu yang jadi pegangan untuk tidak ikut hal-hal yang tidak baik.” Selain itu, informan GS juga mengungkapkan bahwa “nilai dari keluarga sangat berpengaruh, karena dari kecil sudah diajarkan mana yang boleh dan tidak.” Pernyataan ini menunjukkan bahwa nilai yang ditanamkan sejak awal menjadi dasar dalam pengambilan keputusan individu.

Sementara itu, faktor eksternal meliputi lingkungan pertemanan, lingkungan tempat tinggal, serta pengaruh media sosial dan budaya perkotaan. Informan GD menyatakan bahwa “lingkungan teman sangat berpengaruh, kalau teman-teman sering minum, kita juga bisa ikut.” Selain itu, kondisi tempat tinggal seperti kos campur juga memberikan ruang yang lebih bebas bagi mahasiswa dalam berinteraksi sosial. Informan OB mengungkapkan bahwa “di kos tidak ada yang kontrol, jadi bebas saja mau buat apa.” Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan tempat tinggal menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku mahasiswa. Selain itu, media sosial juga disebut sebagai salah satu faktor yang memperkuat pola pergaulan bebas. Informan AT menyatakan bahwa “di media sosial banyak lihat gaya

hidup bebas, jadi kadang ikut-ikutan juga.”

Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa self control mahasiswa perantau bersifat beragam dan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Setiap informan memiliki cara yang berbeda dalam mengelola diri mereka, tergantung pada pengalaman, nilai, serta lingkungan sosial yang mereka hadapi. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa yang mampu mempertahankan kontrol diri dengan baik, namun ada juga yang mengalami kesulitan dalam menghadapi tekanan sosial di lingkungan perantauan. Seluruh temuan ini menggambarkan realitas kehidupan mahasiswa perantau yang berada dalam dinamika sosial yang kompleks, di mana mereka harus berhadapan dengan berbagai bentuk pergaulan bebas serta tuntutan untuk mengendalikan diri dalam kehidupan sehari-hari.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa realitas pergaulan bebas di kalangan mahasiswa perantau angkatan 2022 Program Studi Sosiologi Universitas Nusa Cendana merupakan fenomena sosial yang tidak berdiri sendiri, melainkan terbentuk melalui interaksi kompleks antara individu dan lingkungan sosialnya. Temuan mengenai aktivitas nongkrong hingga larut malam, konsumsi minuman keras, gaya hidup hedonistik, serta hubungan pacaran yang relatif bebas menggambarkan adanya pola perilaku yang cenderung permisif dalam kehidupan mahasiswa perantau. Fenomena ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pergaulan bebas merupakan bentuk perilaku menyimpang yang dipengaruhi oleh paparan lingkungan sosial, media, serta perubahan budaya akibat globalisasi (Ekapti & Hakim, 2022; Ratnawati dkk., 2024; Shaluhiyah dkk., 2025). Dengan demikian, realitas yang ditemukan dalam penelitian ini memperkuat argumentasi bahwa mahasiswa perantau berada dalam situasi sosial yang rentan terhadap penyimpangan akibat lemahnya kontrol sosial eksternal.

Jika dikaitkan dengan perspektif teori behavioristik Skinner, perilaku pergaulan bebas yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai hasil dari proses operant conditioning, di mana perilaku individu dibentuk melalui penguatan (reinforcement) yang diberikan oleh lingkungan. Aktivitas seperti nongkrong bersama teman, konsumsi alkohol, dan keterlibatan dalam gaya hidup hedonistik dapat berfungsi sebagai bentuk reinforcement positif karena memberikan kesenangan, penerimaan sosial, dan rasa kebersamaan. Dalam konteks ini, mahasiswa yang terus-menerus mendapatkan penguatan positif dari perilaku tersebut akan cenderung mengulanginya. Hal ini menjelaskan mengapa beberapa informan dalam penelitian ini menunjukkan kecenderungan untuk mengikuti arus pergaulan tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Dengan demikian, perilaku menyimpang bukan semata-mata akibat kelemahan individu, tetapi merupakan hasil dari proses belajar yang berlangsung dalam lingkungan sosial tertentu.

Namun demikian, temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa terjebak dalam pergaulan bebas secara penuh. Beberapa informan mampu menunjukkan self control melalui penolakan terhadap ajakan negatif, selektivitas dalam memilih teman, serta prioritas terhadap tujuan akademik. Hal ini menunjukkan bahwa self control dalam perspektif Skinner tidak hanya berkaitan dengan pengaruh eksternal, tetapi juga dengan kemampuan individu dalam menciptakan mekanisme penguatan terhadap perilaku adaptif. Individu yang mampu memberikan reinforcement positif terhadap perilaku yang sesuai dengan tujuan jangka panjang, seperti fokus pada akademik, cenderung memiliki tingkat self control yang lebih baik. Temuan ini sejalan dengan kajian Efremova & Huseynova (2020) yang menyatakan bahwa penguatan eksternal dapat membentuk kemampuan regulasi diri dan motivasi individu dalam mencapai tujuan tertentu.

Selain itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa self control mahasiswa perantau tidak bersifat statis, melainkan berkembang melalui proses adaptasi dan pengalaman. Informan yang mengalami pengalaman negatif cenderung menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengendalikan diri di kemudian hari. Hal ini dapat dijelaskan melalui konsep reinforcement dan punishment dalam operant conditioning, di mana pengalaman negatif berfungsi sebagai punishment yang mengurangi kemungkinan individu mengulangi perilaku yang sama. Dengan demikian, self control dapat dipahami sebagai hasil dari proses pembelajaran yang berkelanjutan, di mana individu menyesuaikan perilakunya berdasarkan konsekuensi yang dialami. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pengendalian diri bukanlah kemampuan yang bersifat bawaan, melainkan terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan.

Di sisi lain, hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa faktor internal seperti kesadaran diri, nilai keluarga, dan nilai religius memiliki peran penting dalam membentuk self control mahasiswa perantau. Hal ini sejalan dengan temuan Moesarofah (2024) dan Putu & Putu (2023) yang menunjukkan bahwa faktor psikologis seperti regulasi emosi, self-esteem, dan nilai internal berpengaruh terhadap kemampuan pengendalian diri individu. Selain itu, nilai-nilai religius juga terbukti menjadi faktor protektif yang membantu individu dalam menahan diri dari perilaku menyimpang (Rosmiati & Tabroni, 2021). Dengan demikian, meskipun teori Skinner menekankan peran lingkungan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor internal tetap memiliki kontribusi yang signifikan dalam membentuk self control.

Lebih lanjut, faktor eksternal seperti lingkungan pertemanan, tempat tinggal, serta media sosial juga terbukti memiliki pengaruh yang kuat terhadap perilaku mahasiswa. Temuan ini konsisten dengan teori pengaruh sosial yang menjelaskan bahwa tekanan teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku individu melalui mekanisme normatif dan (Klärner & Lippe, 2022; Li dkk., 2022). Dalam penelitian ini, mahasiswa yang berada dalam lingkungan pertemanan yang permisif cenderung lebih mudah terlibat dalam pergaulan bebas. Selain itu, kondisi tempat tinggal seperti kos campur yang minim pengawasan juga memperbesar peluang terjadinya perilaku menyimpang. Hal ini sejalan dengan temuan Abdul-Rahman, dkk (2023) yang menunjukkan bahwa lingkungan hunian mahasiswa dapat mempengaruhi pola perilaku dan interaksi sosial mereka. Dengan demikian, lingkungan sosial memainkan peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku mahasiswa perantau.

Selain faktor lingkungan fisik dan sosial, media sosial juga menjadi faktor yang memperkuat dinamika pergaulan bebas di kalangan mahasiswa. Temuan penelitian menunjukkan bahwa paparan gaya hidup bebas melalui media sosial dapat mempengaruhi persepsi dan perilaku mahasiswa. Hal ini sejalan dengan kajian Maltby, dkk (2024) yang menyatakan bahwa media sosial memperluas jangkauan tekanan sosial serta mempercepat penyebaran norma perilaku. Dengan demikian, mahasiswa tidak hanya terpapar pengaruh langsung dari lingkungan fisik, tetapi juga dari lingkungan digital yang semakin dominan dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini memperkuat kompleksitas dalam memahami perilaku mahasiswa perantau.

Secara konseptual, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa self control mahasiswa perantau merupakan hasil dari interaksi antara faktor internal dan eksternal yang bersifat dinamis. Hal ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa pengendalian diri merupakan produk dari kombinasi faktor biologis, psikologis, dan sosial (Chairiyah dkk., 2024; Moesarofah, 2024; Projo dkk., 2022). Dengan demikian, pendekatan yang digunakan untuk memahami self control tidak dapat bersifat parsial, melainkan harus bersifat holistik. Temuan ini juga menunjukkan bahwa self control tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme

individu, tetapi juga sebagai hasil dari proses sosial yang melibatkan interaksi dengan lingkungan.

Signifikansi hasil penelitian ini terletak pada kontribusinya dalam memperluas pemahaman mengenai self control dalam konteks mahasiswa perantau. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku, tetapi juga menjelaskan bagaimana mekanisme self control dibentuk dan dikembangkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan mengintegrasikan teori Skinner dengan realitas sosial mahasiswa, penelitian ini memberikan perspektif baru dalam memahami perilaku menyimpang di kalangan mahasiswa. Selain itu, penelitian ini juga memberikan implikasi praktis bagi pengembangan program intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan self control mahasiswa, seperti melalui penguatan nilai-nilai internal, pengelolaan lingkungan sosial, serta edukasi mengenai penggunaan media sosial.

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah informan yang terbatas membuat hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Kedua, penelitian ini hanya dilakukan pada satu program studi, sehingga belum mencerminkan kondisi mahasiswa secara keseluruhan. Ketiga, pendekatan kualitatif yang digunakan bergantung pada subjektivitas informan, sehingga memungkinkan adanya bias dalam penyampaian informasi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan yang lebih beragam serta melibatkan jumlah informan yang lebih besar agar memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa self control mahasiswa perantau merupakan fenomena yang kompleks dan dinamis, yang terbentuk melalui interaksi antara pengalaman sosial, nilai internal, serta konsekuensi perilaku yang dialami individu. Temuan ini menegaskan bahwa pengendalian diri bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang lebih luas. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan self control mahasiswa perlu dilakukan secara komprehensif dengan melibatkan berbagai pihak, baik keluarga, institusi pendidikan, maupun lingkungan sosial mahasiswa itu sendiri.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pergaulan bebas di kalangan mahasiswa perantau angkatan 2022 Program Studi Sosiologi Universitas Nusa Cendana merupakan fenomena sosial yang kompleks dan ditandai oleh perilaku seperti nongkrong hingga larut malam, konsumsi alkohol, gaya hidup hedonistik, serta hubungan sosial yang cenderung bebas. Kondisi ini dipengaruhi oleh kebebasan hidup di perantauan yang minim pengawasan keluarga serta kuatnya pengaruh lingkungan pertemanan. Dalam situasi tersebut, mahasiswa menunjukkan tingkat self control yang beragam, di mana sebagian mampu menolak ajakan negatif, bersikap selektif dalam pergaulan, dan memprioritaskan tujuan akademik, sementara sebagian lainnya masih rentan terhadap tekanan sosial. Self control terbukti bersifat dinamis dan terbentuk melalui interaksi antara pengalaman sosial, nilai internal, serta konsekuensi perilaku yang dialami, sebagaimana dijelaskan dalam teori operant conditioning Skinner. Faktor internal seperti kesadaran diri dan nilai keluarga, serta faktor eksternal seperti lingkungan sosial, tempat tinggal, dan media sosial, secara bersama-sama mempengaruhi kemampuan pengendalian diri mahasiswa. Oleh karena itu, disarankan agar mahasiswa memperkuat nilai internal dan selektif dalam pergaulan, sementara institusi pendidikan dan keluarga perlu berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pembentukan self control yang positif, serta penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperluas cakupan kajian untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul-Rahman, M., Alade, W., & Anwer, S. (2023). A Composite Resilience Index (CRI) for Developing Resilience and Sustainability in University Towns. *Sustainability*, 15(4), 3057. <https://doi.org/10.3390/su15043057>
- Chairiyah, R., Yuria, M., & Gustina, I. (2024). Pencegahan Kenakalan Remaja Melalui Ir/Education. *Jurnal Abdi Insani*, 11(2), 1642–1650. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v11i2.1460>
- Efremova, N., & Huseynova, A. (2020). Psychological and pedagogical aspects of increasing educational motivation. *E3S Web of Conferences*, 175, 15015. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202017515015>
- Ekapti, R. F., & Hakim, L. (2022). Effect of Globalization on Korean Culture Wave Versus Islamic Culture: A Case Study. *Kodifikasia*, 16(2). <https://doi.org/10.21154/kodifikasia.v16i2.5299>
- Hrast, M. F., Sendi, R., & Kerbler, B. (2023). Person–Environment Fit in Urban Neighbourhoods in Slovenia: Challenges and Coping Strategies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5139. <https://doi.org/10.3390/ijerph20065139>
- Klärner, A., & Lippe, H. v. d. (2022). Social Network Mechanisms. 49–65. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-97722-1\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-030-97722-1_4)
- Li, Z., Choi, S., & Forrest, J. Y. (2022). Understanding Peer Pressure on Joint Consumption Decisions: The Role of Social Capital During Emerging Adulthood. *Young Consumers Insight and Ideas for Responsible Marketers*, 24(1), 18–39. <https://doi.org/10.1108/yc-03-2022-1494>
- Maltby, J., Rayes, T., Nage, A., Sharif, S., Omar, M., & Nichani, S. (2024). Synthesizing Perspectives: Crafting an Interdisciplinary View of Social Media’s Impact on Young People’s Mental Health. *Plos One*, 19(7), e0307164. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0307164>
- Moesarofah, M. (2024). Understanding Adolescent Anger. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*, 5(1), 196–202. <https://doi.org/10.32806/jkpi.v5i1.141>
- Mulliner, E., Riley, M., & Malienè, V. (2020). Older People’s Preferences for Housing and Environment Characteristics. *Sustainability*, 12(14), 5723. <https://doi.org/10.3390/su12145723>
- Projo, K. D. M., Nuqul, F. L., & Widodo, R. W. (2022). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Agresivitas Mahasiswa Dalam Unjuk Rasa (Demonstrasi) Di Kota Malang. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 17(2), 107–131. <https://doi.org/10.26905/jpt.v17i2.8519>
- Putu, D., & Putu, W. B. I. G. A. (2023). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Resiliensi Remaja Pasca Dating Violence: Sebuah Studi Literatur. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 7(1), 113–124. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v7i1.6086>
- Ratnawati, D., Setiawan, A., Widyatuti, W., Hastono, S. P., Susanto, T., Asih, S. R., Siregar, T., & Pramono, R. A. (2024). Factors Influencing Adolescent Resilience and Human Immunodeficiency Virus-Acquired Immune Deficiency Syndrome Prevention Behavior: A Cross-Sectional Study of Adolescents in DKI Jakarta Province, Indonesia. *The Open Nursing Journal*, 18(1). <https://doi.org/10.2174/0118744346330118240718035950>
- Rosmiati, M., & Tabroni, I. (2021). Upaya Menanamkan Pendidikan Karakter Pada Remaja Dengan Kegiatan Keagamaan Di Kp.Tabrik 2. Lebah, 14(2), 28–31. <https://doi.org/10.35335/lebah.v14i2.79>
- Shaluhiyah, Z., Widjanarko, B., Musthofa, S. B., & Prabamurti, P. N. (2025). Substance Misuse Pattern and Sexual Risk Behavior Among Street Adolescents in Central Java, Indonesia. *Journal of Research in Health Sciences*, 25(4), e00661. <https://doi.org/10.34172/jrhs.11317>