

## **MOTIF INTERNAL DAN EKSTERNAL DALAM PERILAKU MASTURBASI (Studi Kasus di Kalangan Mahasiswa)**

### ***INTERNAL AND EXTERNAL MOTIEVS IN MASTURBATION BEHAVIOR (Case Study among College Students)***

Oleh: Priska Ajeng Paramita, Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta, [priskaaparamita@gmail.com](mailto:priskaaparamita@gmail.com)

#### **Abstrak**

Tujuan penelitian ini adalah: (1) mengetahui motif internal dalam perilaku masturbasi, (2) mengetahui motif eksternal dalam perilaku masturbasi, (3) mengetahui keterkaitan motif internal dan eksternal dalam perilaku masturbasi. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode domain. Subjek penelitian adalah mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta berusia 20 sampai 23 tahun, terdiri dari dua laki-laki dan satu perempuan. Subjek penelitian dipilih berdasarkan pertimbangan karakteristik yang telah ditentukan. Data dikumpulkan dengan teknik wawancara mendalam. Analisis data dilakukan dengan model interaktif Miles dan Huberman, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motif yang mempengaruhi mahasiswa melakukan masturbasi terdiri dari motif internal dan motif eksternal. Motif internal terdiri dari adanya gambaran rasa nikmat, stress, mengalami sulit tidur, dan adanya fantasi seksual. Sedangkan motif eksternal terdiri dari pornografi dan melihat lawan jenis yang menarik. Perilaku masturbasi dipengaruhi oleh kedua motif baik internal maupun eksternal.

Kata kunci: motif internal, motif eksternal, masturbasi

#### **Abstract**

*The research aims to: (1) find out the internal motive in the behavior of masturbation, (2) find out the external motive in the behavior of masturbation, (3) reveal the relation of internal and external motive in masturbation behavior. This research is a qualitative with case study method. The research subjects are students of Yogyakarta State University, age 20 to 23 years. The subjects of two men and one woman. The subjects were chosen based on the consideration of the characteristics. Data were collected by in-depth interview techniques. Data analysis was done by Miles and Huberman's interactive models. The results show that the motives affecting masturbation consist of the internal motives are feeling of pleasure, stress, difficulty to fall asleep, and sexual fantasies. The external motives are pornography and looking at the opposite sex interesting both in terms of visual and sexual. Masturbation is influenced by both internal and external motives.*

*Keywords: internal motives, external motives, masturbation*

#### **PENDAHULUAN**

Menurut Siswoyo (2007: 121), mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang senang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18-25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal (Yusuf, 2012: 27). Batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah dikategorikan sebagai remaja

di Indonesia. (Sarwono, 2012: 13). Subjek dalam penelitian ini berusia 21-22 tahun, sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek mahasiswa dalam penelitian ini masih tergolong dalam usia remaja akhir di Indonesia.

Mahasiswa sebagai remaja akhir, memiliki tugas dan fase perkembangan seksualitas yang mendorong mereka menjalin relasi heteroseksual (seperti pacaran). Dalam menjalin relasi heteroseksual seorang individu memiliki kecenderungan untuk melakukan berbagai bentuk

perilaku seksual. Disamping itu, ciri heteroseksual remaja masa kini yaitu sikap terhadap perilaku seks yang jauh lebih lunak dibanding remaja generasi sebelumnya, maka tak heran jika ancaman pola hidup seks bebas dikalangan mahasiswa berkembang semakin serius (Rikawarastuti, 2015). Banyaknya perilaku seks bebas yang dilakukan oleh kalangan mahasiswa bersama dengan kekasihnya, karena adanya anggapan bahwa mereka kelak akan menjadi calon suami atau istrinya. Perilaku seksual pranikah bagi mahasiswa dianggap sebagai pembuktian cinta dan sudah menjadi hal yang wajar dilakukan (Kompasiana.com, 2016).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Rikawarastuti (2015) didapati responden yang telah melakukan perilaku seksual berisiko sebanyak 34 orang (27,64%) seperti melakukan rabaan daerah sensitif (3,25%), ciuman bibir (21,14%), cumbuan (0,81%), masturbasi/onani (1,38%), dan hubungan seks (0,81%). Hal di atas, terjadi karena mahasiswa memiliki dorongan seksual yang menuntut untuk dipuaskan. Ketegangan-ketegangan yang menuntut terpuaskan tersebut selanjutnya melahirkan beberapa pola-pola perilaku seksual mahasiswa yang bervariasi, salah satunya adalah masturbasi. Banyak mahasiswa yang menjadikan masturbasi sebagai suatu bentuk kompensasi terhadap berbagai kelebihan dan tekanan yang dialaminya (Heni, 2009).

Masturbasi sendiri akan membawakan kesenangan dan kenikmatan bagi pelakunya, karena mereka dapat melampiaskan dorongan seksualnya secara aman tanpa mengalami resiko kehamilan atau terinfeksi penyakit menular seksual karena melakukan hubungan seksual dengan orang lain. Dari masturbasi mereka mendapatkan kenikmatan karena tersalurkan dorongan seksual yang mereka rasakan. Namun, selain rasa nikmat masturbasi juga memberikan dampak secara psikologis yang dirasakan oleh pelaku. Yang paling umum dari hasil wawancara kepada beberapa subjek adalah mereka merasa bersalah, berdosa, menyesal dan malu setelah melakukan masturbasi. Walaupun mereka merasakan hal tersebut, mereka akan terus melakukannya lagi karena adanya gambaran

kenikmatan yang mereka rasakan saat melakukan masturbasi mendorong mereka ingin melakukannya lagi.

Sedangkan definisi dari masturbasi itu sendiri adalah melakukan rangsangan seksual, khususnya pada alat kelamin, yang dilakukan sendiri dengan tangan maupun alat (selain berhubungan seksual) untuk tujuan mencapai orgasme. Istilah masturbasi berasal dari bahasa Latin yang artinya pencemaran diri. Kegiatan masturbasi dilakukan oleh hampir semua orang, baik laki-laki maupun perempuan. Bahkan, sebenarnya masturbasi sudah berlangsung sejak seseorang masih kanak-kanak yaitu pada fase phallic (Dianawati, 2003: 70).

Kegiatan masturbasi yang dilakukan adalah menstimulus organ genital (seks), biasanya dengan tangan, tanpa melakukan hubungan intim. Bagi laki-laki, masturbasi adalah merangsang penis dengan mengusap atau menggosok-gosoknya. Sedangkan bagi perempuan, masturbasi biasanya termasuk mengusap-usap dan menggesek-gesek daerah kemaluan, terutama klitoris dan vagina. Masturbasi digolongkan dalam kegiatan memuaskan diri sendiri. (Nugraha, 2010: 115).

Masturbasi juga merupakan suatu praktik yang umum di lakukan mahasiswa, terutama pada laki-laki. Secara biologis dan medis, melakukan masturbasi adalah hal yang normal. Pada usia remaja, kebanyakan anak laki-laki telah melakukan masturbasi. Jumlah itu mencapai 98% di kalangan mahasiswa dan 65% - 80% di antara anak laki-laki dan perempuan pada umumnya. (Djiwandono, 2008: 103). Masturbasi bisa menjadi cara yang normal bagi remaja untuk mengekspresikan seksualitas mereka, mempelajari respon seksual mereka sendiri, dan melepaskan ketegangan seksual (Handayani, 2011).

Selanjutnya masturbasi mulai mewabah dengan jumlah penikmat (pelaku) yang cukup tinggi, dalam masa remaja. Kaum mahasiswa sebagai salah satu golongan yang berusia remaja itu pun tidak lepas dari fenomena mewabahnya masturbasi ini. Hal ini dibuktikan dengan penelitian pilar PKBI Jateng selama bulan September 2002, dimana dari 1000 mahasiswa

(dan mahasiswi) Perguruan Tinggi Negeri dan Swasta di Semarang yang berpartisipasi dalam penelitian perilaku seksual ini, ditemukan bahwa 502 orang diantaranya menyalurkan dorongan seksualnya dengan cara masturbasi, sedang 97 mahasiswa telah melakukan intercourse (hubungan suami istri) yang kebanyakan awalnya dilandasi oleh keinginan untuk coba-coba saja. Terlihat bahwa fenomena masturbasi memang telah mewabah dan menjangkiti perilaku seksual remaja (mahasiswa) masa kini (Lutfi, 2016).

Sedangkan dari beberapa berita juga didapati banyak mahasiswa yang melakukan masturbasi, seperti yang dilakukan oleh mahasiswa Malaysia berusia 19 tahun yang tertangkap basah sedang melakukan masturbasi di halaman belakang rumah tetangganya. Pelaku mengaku masturbasi dia lakukan karena iseng (Merdeka.com). Selain itu juga baru-baru ini warga Kerinci dihebohkan dengan beredarnya video berdurasi 3 menit 58 detik yang menampilkan seorang gadis ABG yang sedang melakukan masturbasi di kamarnya dan merekam perbuatan tersebut dalam ponselnya sendiri (Okezone.com). Jika kedua berita tersebut masih dalam keadaan normal dalam melakukan masturbasi, beda cerita dengan yang dilakukan oleh mahasiswa asal Inggris yang meninggal setelah melakukan masturbasi. Setelah ditelusuri ternyata mahasiswa tersebut melakukan masturbasi dengan cara yang tidak biasa dan sangat berbahaya, yaitu dengan mencekik lehernya saat melakukan masturbasi untuk mendapatkan orgasme yang maksimal. Orgasme semacam ini disebut sebagai *auto-erotic asphyxiation* (Liputan6.com).

Selain dari berita di atas, dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan salah satu petugas di Unit Pelaksanaan Teknis Layanan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta ditemukan beberapa kasus tentang mahasiswa yang melakukan masturbasi. Terdapat dua mahasiswa yang menceritakan tentang pengalaman masturbasinya, sebut saja LA (laki-laki) dan PE (perempuan). Dalam ceritanya, LA mengaku sering melakukan masturbasi secara mandiri saat tidak memiliki kesibukan apapun. Sedangkan PE mengaku sering diajak oleh

pacarnya untuk melakukan hubungan badan, namun PE selalu menolak sehingga alternatif lain yang ditawarkan adalah dengan melakukan masturbasi bersama (saling memuaskan namun tidak sampai berhubungan badan).

Sedangkan dari hasil wawancara dengan ketiga subjek penelitian ini, mereka mengaku sering melakukan masturbasi dengan alasan yang berbeda-beda. Seperti yang dikemukakan oleh subjek LN yang mengaku melakukan masturbasi sebagai sarana untuk menghilangkan stress. Kemudian subjek RB yang mengaku sering bahkan selalu ingin melakukan masturbasi saat ada partner seks yang merupakan kekasihnya. Sedangkan subjek BC mengaku melakukan masturbasi karena dorongan seksual yang sulit dikendalikan akibat menonton video porno.

Dari berita dan kasus di atas dapat disimpulkan bahwa para pelaku masturbasi selalu memiliki caranya sendiri dalam melakukan masturbasi untuk mendapatkan kenikmatan yang mereka inginkan. Baik dari cara yang biasa dilakukan oleh kebanyakan orang maupun dengan cara yang tidak biasa dan sangat ekstrem untuk mendapatkan kenikmatan orgasme yang tinggi walaupun itu berdampak buruk bagi mereka sendiri. Alasan yang diberikan mengapa mereka melakukan masturbasi pun beragam, salah satu alasan paling kuat adalah adanya dorongan seksual yang meledak-ledak dan menuntut untuk segera disalurkan. Sehingga pelaku tidak pikir panjang untuk melakukan masturbasi.

Beberapa sebab masturbasi pun dikemukakan, salah satunya seperti disampaikan oleh Sitanggung (2012), karena masturbasi dianggap sebagai penyaluran gairah yang dirasa paling aman terutama untuk melampiaskan dorongan seksualitas yang sedang mencapai titik gairahnya dimasa remaja, beberapa yang lain juga mencari hiburan dari masturbasi, lalu yang lainnya sebagai kompensasi seseorang untuk mereduksi stresnya. Hal di atas kurang lebih sama dengan apa yang disampaikan oleh beberapa subjek yang berhasil diwawancarai secara singkat oleh penulis mengenai alasan mereka melakukan masturbasi.

Sedangkan studi yang dilakukan oleh pilar PKBI Jawa Tengah tahun 2005 mengatakan

bahwa para remaja melakukan masturbasi menggunakan media seperti, tangan atau jari 20%, bantal 15%, kursi 15%, pensil atau bolpoin 13%, dan lantai 11%. Kemudian untuk informasi yang diperoleh dari buku atau majalah 36,33%, teman sebaya 33,33%, dan media elektronik 16,66%. Responden yang pernah melakukan masturbasi sebanyak 46,66%, yang masih melakukan sampai sekarang 26,66%, tidak pernah 23,33%. Frekuensi masturbasi 20% jika ingin saja, kadang-kadang 13,33%, sebulan sekali 6,66%,. Tujuan dari masturbasi untuk mengurangi stress dan tekanan 26,66%, penyaluran dorongan seks 16,66%, kesepian 13,33%, pelarian 6,66%. Sebanyak 20% menyatakan tujuan tercapai, 26,66% tidak selalu tercapai, 30% menyatakan tidak tahu. Selanjutnya pada tahun 2009 pilar PKBI Jawa Tengah melakukan penelitian lagi dan didapatkan hasil bahwa para remaja melakukan masturbasi dalam sebulan kurang lebih 4 kali sebanyak 12%, 5-8 kali 2%, lebih dari 8 kali sebanyak 9%. Dan remaja menyatakan pernah menonton film porno melalui VCD 32%, internet 41%, majalah atau koran 20%, handphone 50%. Setelah menonton mengalami dorongan seks ada 58%, dan yang tidak 21% (Handayani, 2011).

Dari hasil penelitian pilar PKBI di atas dapat disimpulkan bahwa fenomena masturbasi memang semakin mewabah dan perlu untuk kita tanggapai secara bijak. Suatu hal yang begitu psikologis, bagaimana perilaku yang sengaja dilakukan pada awalnya dan akhirnya membawa perasaan menyesal hingga cemas dan takut setelah melakukannya. Padahal dorongannya ada untuk melakukan, namun ternyata setelah dilakukan masih membawa perasaan cemas hingga perasaan was-was dan takut. Kartono berpendapat bahwa memang suatu hal wajar bila timbul rasa bersalah ketika melakukan masturbasi. Disatu sisi, remaja dirangsang oleh kematangan seksual dan implus-implus seks yang meledak-ledak untuk melakukan relasi seks yang sebenarnya. Namun pada sisi lain, ia pun menyadari bahwa adanya norma dan larangan sosial serta larangan dari hati nurani untuk merealisasikan dorongan seksualnya. Selanjutnya pertengkaran dari dua kekuatan tadi akan

menimbulkan kecemasan, kebingungan, dan hilang arah yang kemudian direduksi dengan baik melalui masturbasi. Walaupun akhirnya dengan masturbasi tersebut menimbulkan rasa bersalah dan berdosa yang lainnya (Lutfi, 2016).

Walaupun perasaan menyesal dan bersalah selalu muncul ketika sudah melakukan masturbasi, namun hal tersebut tetap kalah dengan dorongan seksual yang sulit untuk dikendalikan, sehingga pelaku lagi-lagi melakukan masturbasi untuk menyalurkan dorongan tersebut. Mungkin bagi sebagian orang, masturbasi menjadi salah satu hal yang tabu untuk dibahas dalam kehidupan bersosial, tetapi ketika ditanya secara personal, banyak juga orang yang mengaku memiliki kebiasaan masturbasi dengan intensitas yang berbeda-beda walaupun mereka tahu dampak apa yang akan mereka dapatkan. Sama seperti keterangan yang diperoleh dari subjek yang pernah diwawancarai oleh peneliti.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif. Sedangkan metode yang digunakan adalah studi kasus.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di beberapa tempat, yaitu di kos-kosan, tempat makan dan angkringan modern. Waktu penelitian ini berlangsung pada bulan Mei 2018.

### **Subjek Penelitian**

Penelitian ini menggunakan teknik penentuan subjek dengan kriteria tertentu (*purposive*). Subjek dalam penelitian ini berjumlah tiga mahasiswa yang terdiri dari LN dan RB mahasiswa laki-laki dan BC mahasiswa perempuan.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpul Data**

Teknik pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam. Instrumen yang digunakan adalah peneliti sendiri yang berperan sebagai perencana,

pengumpul data, penafsir data, penganalisis, dan pelapor hasil penelitian (Moleong, 2014: 168). Dengan kata lain, instrumen penelitian ini berupa manusia, yaitu peneliti sendiri (human instrument).

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kualitatif, mengikuti konsep yang diberikan oleh Miles and Huberman Milles and Huberman, (Sugiyono, 2015: 246) dimana dalam menganalisis data melalui tahap reduksi data, display data dan penarikan kesimpulan.

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**1. Hasil Penelitian**

**a. Subjek LN**

Motif	Deskripsi
Gambaran rasa nikmat	Adanya gambaran rasa nikmat yang akan diperoleh setelah melakukan masturbasi membuat LN tertarik untuk melakukan masturbasi lagi.
Stress	Stress merupakan dorongan yang paling kuat membuatnya ingin melakukan masturbasi.
Sulit tidur	Subjek LN tidak pernah melakukan masturbasi saat mengalami sulit tidur.
Fantasi Seksual	Fantasi selalu dihadirkan saat melakukan masturbasi.
Pornografi	Subjek LN tidak begitu terpengaruh oleh pornografi.
Melihat lawan jenis yang menarik	Lawan jenis yang menarik dapat dijadikan fantasi seksual saat melakukan masturbasi.
Pergaulan	Subjek LN tidak terpengaruh akan pergaulannya.
Kurangnya pengetahuan	Subjek LN paham tentang masturbasi dan dampaknya namun LN tetap melakukannya.

**b. Subjek RB**

Motif	Deskripsi
Gambaran rasa nikmat	Adanya gambaran rasa nikmat yang akan diperoleh setelah melakukan masturbasi membuat RB tertarik untuk melakukan masturbasi lagi.

Stress	Stress bukan alasan utama, namun setelah melakukan masturbasi stress menjadi berkurang.
Sulit tidur	Terkadang RB melakukan masturbasi saat sulit tidur. Setelah melakukannya RB merasa lelah dan akhirnya mudah tidur.
Fantasi Seksual	Fantasi selalu dihadirkan saat melakukan masturbasi.
Pornografi	Setelah menonton porno dengan sengaja setelahnya dilanjutkan dengan melakukan masturbasi.
Melihat lawan jenis yang menarik	Lawan jenis yang menarik selalu membuat RB ingin melakukan masturbasi. Apalagi jika orang tersebut dia kenal dan sedang berada di sampingnya
Pergaulan	Subjek RB tidak terpengaruh akan pergaulannya.
Kurangnya pengetahuan	Subjek RB paham tentang masturbasi dan dampaknya namun RB tetap melakukannya.

**c. Subjek BC**

Motif	Deskripsi
Gambaran rasa nikmat	Adanya gambaran rasa nikmat yang akan diperoleh setelah melakukan masturbasi membuat BC tertarik untuk melakukan masturbasi lagi.
Stress	Masturbasi terkadang dijadikan pelampiasan saat sedang stress.
Sulit tidur	Subjek LN tidak pernah melakukan masturbasi saat mengalami sulit tidur.
Fantasi Seksual	Fantasi selalu dihadirkan saat melakukan masturbasi.
Pornografi	Subjek BC mengaku sudah kecanduan pornografi dan selalu ingin melakukan masturbasi setelah menontonnya.
Melihat lawan jenis yang menarik	Lawan jenis yang menarik terkadang membuat gairah seksual BC meningkat. Apalagi jika lawan jenis tersebut sesuai dengan tipe idealnya.
Pergaulan	Subjek BC tidak terpengaruh akan pergaulannya.
Kurangnya pengetahuan	Subjek BC paham tentang masturbasi dan dampaknya namun BC tetap melakukannya.

## 2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, maka nampak bahwa motif yang mendorong mahasiswa melakukan masturbasi dipengaruhi oleh dua hal yaitu motif internal dan eksternal. Berikut pembahasannya:

### a. Motif Internal

#### 1) Adanya gambaran rasa nikmat

Motif atau dorongan yang pertama adalah adanya rasa nikmat. Di mana pada penelitian ini bayangan akan rasa nikmat yang akan didapatkan setelah melakukan masturbasi dijadikan alasan utama ketiga subjek melakukan masturbasi. Ketiga subjek mengatakan bahwa sebelum melakukan masturbasi biasanya sudah terbayang dulu efek nikmat yang akan mereka dapatkan setelah melakukan masturbasi. Kemudian ketiga subjek akan mencari cara untuk mendapatkan kenikmatan tersebut yaitu dengan bermasturbasi. Saat sudah dalam keadaan terangsang dan butuh adanya penyaluran hasrat seksual ketiga subjek mengatakan bahwa mereka tidak lagi memikirkan dampak negatif yang nantinya akan mereka rasakan setelah melakukan masturbasi. Mereka sudah terfokuskan dengan tujuan awal mereka yaitu untuk mendapatkan kenikmatan yang dapat membuat mereka lega. Hal ini sama dengan yang dikemukakan oleh Sitanggung (2012), dimana pada dasarnya manusia selalu ingin mencari yang paling enak dalam hidupnya.

#### 2) Stress

Motif atau dorongan yang kedua adalah stress. Di mana pada penelitian ini stress menjadi alasan seseorang melakukan masturbasi. Masturbasi digunakan sebagai sarana untuk melampiaskan perasaan negatif, menghilangkan stress dan mendapatkan ketenangan serta dijadikan sebagai relaksasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Sitanggung (2012) yang mengatakan bahwa masturbasi sering dianggap sebagai suatu rekreasi seksual untuk menghilangkan stress. Sama halnya dengan dr. Janet Hall (2014) yang mengatakan masturbasi bertujuan untuk mencapai orgasme, dimana orgasme dianggap sebagai pengontrol stress atau pencegah stress. Dalam penelitian ini ketiga subjek sepakat jika stress dapat hilang setelah melakukan masturbasi. Namun tidak semua subjek menjadikan

masturbasi sebagai sarana penghilang stress. Seperti subjek RB yang ketika stress dia tidak melakukan masturbasi, namun baginya salah satu efek yang didapat setelah melakukan masturbasi adalah beban atau masalah yang dirasakan sebelumnya sedikit berkurang. Lain halnya dengan LN yang menjadikan stress sebagai alasan utama dia melakukan masturbasi. Ketika sedang stress, LN mengaku selalu tertarik untuk melakukan masturbasi hal ini dikarenakan setelah melakukan masturbasi LN akan merasa puas dan lupa dengan masalah yang sebelumnya dialaminya. Walau setelahnya masalah tersebut masih ada, namun LN mengaku masturbasi menjadi alternatif yang cukup ampuh untuk menghilangkan stress. Begitu juga BC yang mengaku saat mengalami stress terkadang BC juga melakukan masturbasi untuk mengurangi stress. Walau tidak bertahan lama namun setelah melakukan masturbasi BC merasa sedikit lega dan lupa akan masalahnya.

#### 3) Sulit Tidur

Motif internal yang ketiga adalah sulit tidur atau insomnia. dr. Janet Hall (2014) dalam bukunya mengatakan bahwa ketika seseorang melakukan masturbasi dan mencapai orgasme maka badan akan menjadi lemas dan stress menjadi berkurang. Hal ini yang menjadikan masturbasi digunakan sebagai pil tidur yang ampuh agar tidur menjadi lebih nyenyak. Seseorang yang mengalami sulit tidur akan cenderung mencari cara agar dapat segera tidur. Hal ini sama seperti yang dilakukan oleh subjek dalam penelitian ini. Satu subjek yaitu RB terkadang melakukan masturbasi saat mengalami sulit tidur. RB mengaku setelah dia melakukan masturbasi biasanya akan merasa lelah dan lemas serta beban pikiran berkurang karena digantikan oleh rasa puas dan lega, hal ini yang membuat kemudian RB menjadi mudah mengantuk dan akhirnya tidur. Efek yang dialami RB sesuai dengan penjelasan dr. Janet Hall mengenai masturbasi yang dijadikan sebagai pil tidur. Lain cerita dengan subjek LN dan BC yang mengaku tidak melakukan masturbasi saat mengalami sulit tidur. Biasanya LN dan BC lebih memilih untuk melakukan kesibukan lain yang lebih positif.

#### 4) Fantasi Seksual

Faktor internal lain yang muncul dalam penelitian ini yaitu fantasi seksual. Fantasi seksual muncul ketika adanya pemicu-pemicu yang cukup kuat untuk membuat seseorang berfantasi. Dalam penelitian ini fantasi merupakan suatu hal yang wajib dimunculkan saat melakukan masturbasi, karena dapat menambah kepuasan yang dirasakan oleh subjek setelah melakukan masturbasi. Hal ini sesuai dengan pendapat dr. Boyke (2002) bahwa masturbasi dilakukan dengan melibatkan fantasi atau khayalan. Begitu pula dengan dr. Janet Hall (2014) yang menuliskan dalam bukunya bahwa fantasi seksual dihadirkan untuk menambah kesenangan gratis yang dapat mereka nikmati kapan saja dan di mana saja.

Dalam penelitian ini ketiga subjek mengaku selalu berfantasi saat melakukan masturbasi. Fantasi seksual mereka gunakan sebagai cara untuk menambah rangsangan dengan tujuan untuk mendapatkan kenikmatan yang lebih. Mereka mengaku berfantasi merupakan suatu hal yang wajib dilakukan saat melakukan masturbasi.

#### **b. Motif Eksternal**

##### 1) Pornografi

Motif eksternal yang pertama dalam penelitian ini yaitu pornografi. Pornografi memiliki pengaruh yang cukup kuat untuk membangkitkan gairah seksualitas, sehingga membuat seseorang ingin melakukan perilaku seksual seperti masturbasi. Subjek dalam penelitian ini setuju bahwa pornografi menjadi cara untuk merangsang seseorang dalam melakukan masturbasi. Hal ini sesuai dengan apa yang dikemukakan oleh dr. Boyke (2004) bahwa membaca/menonton film porno/erotis dapat merangsang gairah seksual seseorang. Bahkan kecanduan pornografi disebut-sebut dapat membuat kebiasaan masturbasi meningkat dari biasanya.

Ketiga subjek mengatakan bahwa pornografi memiliki pengaruh yang besar untuk membuat seseorang tertarik untuk melakukan perilaku seksual, masturbasi salah satunya. Subjek LN mengaku tidak begitu merasakan dampaknya secara langsung setelah menonton

video porno atau semacamnya. Pornografi dirasa sangat mempengaruhinya untuk melakukan masturbasi hampir setiap hari saat dia masih duduk di bangku sekolah. Namun untuk sekarang LN mengaku sudah bisa mengendalikan dorongan seksualnya jika tidak sengaja dia melihat video porno atau semacamnya. Beda cerita dengan RB dan BC yang mengaku cukup tergoda melakukan masturbasi setelah menonton video porno. Subjek RB mengatakan bahwa saat ketika dari awal memang sudah memiliki niat menonton video porno maka pasti berujung pada melakukan masturbasi, namun saat tidak sengaja melihat atau menemukan dan rangsangan visual yang diberikan tidak terlalu kuat maka RB masih bisa menahan untuk tidak melakukan masturbasi. Selanjutnya subjek BC yang mengaku sudah kecanduan pornografi. Subjek BC mengaku pornografi merupakan cara paling ampuh untuknya sebagai perangsang sebelum melakukan masturbasi.

##### 2) Melihat Lawan Jenis yang Menarik

Motif eksternal yang kedua dalam penelitian ini yaitu melihat lawan jenis yang menarik. Menurut subjek dalam penelitian ini, melihat lawan jenis yang menarik memang terkadang menjadi pendorong atau pemicu seseorang melakukan masturbasi. Namun, lawan jenis yang seperti apa tentu setiap orang memiliki pandangan masing-masing. Tidak hanya dari segi fisik saja tetapi juga karena adanya ketertarikan yang diakibatkan karena rasa suka atau sudah lama mengenal dan membuat bernapsu. Subjek LN mengaku tertarik jika melihat perempuan yang berpakaian minim dan sexy. Biasanya bagian tubuh yang menarik untuk dilihat oleh LN adalah bagian dada dan pinggul ke bawah. Terkadang melihat hal-hal tersebut dapat dijadikan sebuah fantasi seksual saat LN sedang sendiri. Tak jauh dari LN, subjek RB juga mengaku tertarik dengan seseorang yang sudah lama dia kenal dan memiliki wajah cantik atau manis dan memiliki badan yang ideal serta menggoda. Subjek RB mengaku tertarik dengan lawan jenis yang berpakaian sexy atau sedikit terbuka yang sedikit memperlihatkan bagian tubuhnya. Hal ini membuat RB merasa penasaran dengan isi di balik pakaian tersebut, dan itu cukup

membuat RB menjadi bernapsu. Kemudian subjek BC yang mengaku senang melihat lawan jenis yang ganteng dan enak dilihat. Subjek BC mengaku suka khilaf saat melihat laki-laki yang sesuai tipe idealnya. Saat melihat laki-laki tersebut BC mengaku merasakan deg-degan dan berangan-angan jika dia bisa bersama laki-laki tersebut.

Apa yang dialami oleh ketiga subjek penelitian ini sesuai dengan pendapat dari Risman (2016) dimana melihat lawan jenis yang menarik dapat merangsang organ vital seseorang. Berawal dari melihat lalu dijadikan sebagai objek fantasi untuk melakukan masturbasi. Hal serupa juga dikemukakan oleh dr. Boyke (2002) yang mengatakan bahwa tertarik dengan lawan jenis dan tidak dapat mengekspresikan perasaannya terkadang menjadidi alasan seseorang melakukan masturbasi. Masturbasi dijadikan sebagai pelampiasan dengan menghadirkan fantasi tentang lawan jenis tersebut.

### 3) Pergaulan

Motif eksternal yang ketiga dalam penelitian ini yaitu pergaulan. Pergaulan dapat membawa seseorang mengikuti kebiasaan dalam pergaulan tersebut. Namun untuk ketiga subjek dalam penelitian ini mengaku tidak merasakan adanya pengaruh dari pergaulan atau teman-temannya dalam perilaku masturbasi yang mereka lakukan. Hal ini dikarenakan dalam memperoleh informasi tentang masturbasi atau seksualitas, ketiga subjek mendapatkannya secara mandiri, bukan dari teman. Mereka meyakini bahwa tidak semua pergaulan yang buruk akan membawa dampak buruk, tergantung bagaimana dalam menyikapinya dan menyaringnya agar tidak terbawa ke hal-hal yang tidak baik.

### 4) Kurang Pengetahuan

Motif eksternal selanjutnya dalam penelitian ini yaitu kurangnya pengetahuan. Kurangnya atau minimnya pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat membuat orang tersebut melakukan suatu hal tanpa adanya dasar yang jelas. Namun untuk ketiga subjek dalam penelitian ini, mereka memiliki pengetahuan yang luas mengenai masturbasi, namun banyaknya pengetahuan tersebut tidak menjadikan mereka menghentikan perilaku masturbasi. Bahkan dari

pengetahuan tersebut mereka dapat mencari jalan pintas lain untuk melakukan masturbasi secara aman. Hal ini tidak sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Ngadiyo dalam Lutfi (2016) tentang ketidaktahuan seseorang mengenai masturbasi dapat membuat orang tersebut melakukannya tanpa paham dampaknya, namun mereka yang sudah mengetahui dampak dan larangannya pun masih tetap tertarik untuk melakukannya.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Perilaku masturbasi yang dilakukan oleh subjek dalam penelitian ini didorong karena adanya motif internal dan eksternal. Motif yang mendasari subjek melakukan masturbasi adalah karena adanya rangsangan yang didapat baik dari dalam maupun dari luar. Dilihat dari motif internal, ketiga subjek mengatakan bahwa adanya gambaran rasa nikmat yang akan didapat setelah melakukan masturbasi membuat mereka melakukan masturbasi. Motif lainnya adalah stress, walau tidak semua subjek menjadikan stress sebagai prioritas utama, namun ketiga subjek sepakat bahwa setelah melakukan masturbasi stress menjadi berkurang. Kemudian karena sulit tidur atau insomnia, namun untuk motif ini tidak semua subjek melakukan masturbasi saat mengalami sulit tidur. Selanjutnya motif internal yang terakhir adalah munculnya fantasi seksual. Ketiga subjek penelitian ini mengaku selalu berfantasi saat sedang melakukan masturbasi karena kepuasan yang didapatkan lebih besar daripada tidak berfantasi.

Selain motif internal di atas, ada beberapa motif eksternal yang juga mendorong ketiga subjek bernapsu dan melakukan masturbasi. motif yang pertama adalah pornografi. Menurut ketiga subjek dalam penelitian ini, pornografi merupakan faktor yang cukup kuat untuk merangsang dan membangkitkan gairah seksual seseorang sehingga biasanya setelah menonton porno dilanjutkan dengan melakukan masturbasi. Kemudian yang kedua adalah saat melihat lawan jenis yang menarik. Ternyata motif ini tidak hanya menarik bagi laki-laki saja, subjek

perempuan dalam penelitian ini pun memiliki ketertarikan kepada lawan jenis yang dapat membuatnya menjadi bernapsu. Selanjutnya ada pergaulan, untuk motif ini tidak begitu memberikan pengaruh kepada ketiga subjek karena mereka belajar seksualitas secara mandiri. Kemudian yang terakhir adalah kurangnya pengetahuan, hal ini juga tidak dapat dijadikan sebagai patokan bahwa seseorang yang memiliki banyak pengetahuan tidak akan melakukan masturbasi. Seperti yang terjadi pada ketiga subjek yang sudah mengetahui banyak hal tentang masturbasi namun tetap melakukannya.

Ketiga subjek dalam penelitian ini mengatakan bahwa motif internal dan eksternal tidak dapat berjalan sendiri-sendiri. Munculnya perilaku masturbasi sudah pasti dipengaruhi oleh kedua motif tersebut, baik dari dalam maupun dari luar. Ketika salah satu motif muncul maka motif yang lain akan ikut bekerja dalam meningkatkan gairah seksual sehingga masturbasi menjadi jalan keluar yang aman.

### Saran

#### 1. Bagi Layanan Bimbingan dan Konseling

Layanan bimbingan dan konseling dapat memberikan layanan informasi tentang dampak dari melakukan masturbasi baik dari kesehatan secara fisik maupun psikis, guna untuk menyadarkan mahasiswa bahwa perilaku masturbasi memiliki dampak negatif cukup serius jika dilakukan secara terus menerus.

#### 2. Bagi Subjek

Subjek dapat mengendalikan diri untuk tidak mudah melakukan masturbasi dan lebih berpikir positif serta tidak menjadikan masturbasi sebagai kebiasaan.

#### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti mengenai perilaku masturbasi mahasiswa dapat meneliti aspek lain selain motif internal dan eksternal perilaku masturbasi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abimayu. (2018). "Video Wanita Masturbasi dengan Istilah (Salam Tiga Jari) Hebohkan Warga Kerinci". *Artikel*: <https://news.okezone.com/read/2018/01/25/340/1850189/video-wanita-masturbasi-dengan-istilah-salam-tiga-jari-hebohkan-warga-kerinci> (diakses tanggal 24 Maret 2018 pukul 20:35).
- Danim, S. (2002). *Menjadi Peneliti Kualitatif*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Dianawati, A. (2003). *Pendidikan Seks untuk Remaja*. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Djiwandono, S. E. W. (2008). *Pendidikan Seks Keluarga*. Jakarta: PT Indeks.
- Handayani, W. F. (2011). Hubungan Media Massa dengan Kejadian Masturbasi pada Siswi di SMA Muhammadiyah Gubug Tahun 2011. *Skripsi*: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Hall, J. (2014). *Masturbation*. Published by Dr Janet Hall. Diakses 7 Agustus 2018, dari Library Genesis.
- Heni, A. (2009). Efektifitas Pelatihan Efikasi Diri terhadap Intensi Masturbasi pada Remaja (Studi Ekperimental di SMA Negeri 15 Semarang). *Skripsi*: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Lutfi, I. (2016). *Dinamika Psikologis Masturbasi*. *Skripsi*: Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Miles, Matthew B. & A. Michael Huberman. (1992). *Analisis Data Kualitatif*. Terjemahan. *Quantitative Data Analysis*. Penerjemah: Tjetjep Rohendi Rohidi. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press).
- Mohamad, A. (2015). "Mahasiswa Malaysia Ditangkap Usai Masturbasi di Rumah Tetangga". *Artikel*: <https://www.merdeka.com/dunia/mahasiswa-malaysia-ditangkap-usai-masturbasi-di->

- [rumah-tetangga.html](http://rumah-tetangga.html) (diakses pada tanggal 24 Maret 2018 pukul 20:05).
- Moleong, L. J. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nugraha, B. D. (2002). *Problematika Seks dan Organ Intim*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nugraha, B. D. (2004). *Problematika Seks dan Cinta Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nugraha, B. D. (2010). *It's All About Sex a-z tentang Seks*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Rikawarastuti. (2015). Mahasiswa dan Seksualitas. *Jurnal Health Quality*, 6, 1.
- Risman, E., dkk. (2016). *EnSexclopedia Tanya Jawab Masalah Pubertas & Seksualitas Remaja*. -. Yayasan Kita & Buah Hati.
- Riz. (2013). "Mahasiswa Tewas Akibat Masturbasi Ekstrem". *Artikel: <http://www.liputan6.com/global/read/717351/mahasiswa-tewas-akibat-masturbasi-ekstrem>* (diakses pada tanggal 24 Maret 2018 pukul 19:15).
- Rudy. (2016). "Perilaku Seks Bebas Dikalangan Mahasiswa Semakin Marak". *Artikel: [https://www.kompasiana.com/rudy\\_001/57d8fb639b93730e49dd4645/perilaku-seks-bebas-dikalangan-mahasiswa-semakin-marak](https://www.kompasiana.com/rudy_001/57d8fb639b93730e49dd4645/perilaku-seks-bebas-dikalangan-mahasiswa-semakin-marak)* (diakses tanggal 14 Agustus 2018 pukul 19:36).
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Siswoyo, D. dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sitanggung, M. H. (2012). Masturbasi Ditinjau dari Perspektif Etika Kristen. *Veritas*, 13, 1, 31-35.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.