

## BAB V KESIMPULAN

Sebagai penutup, bab ini memaparkan kesimpulan penelitian serta rekomendasi bagi peneliti selanjutnya dan masyarakat.

### 5.1 Kesimpulan

Penggunaan pornografi merupakan perilaku yang semakin umum dilakukan oleh pria maupun wanita, terutama pada populasi *emerging adults*, populasi yang mahir menggunakan internet dan berada dalam masa eksplorasi seksualitas. Berdasarkan penelitian sebelumnya, frekuensi penggunaan pornografi dapat meningkatkan risiko munculnya gejala *problematic pornography use* pada individu, namun penelitian terkait topik tersebut masih jarang dilakukan pada populasi Indonesia. Penelitian ini menunjukkan bahwa *scrupulosity* memiliki peran dalam meningkatkan intensitas pengaruh dari frekuensi penggunaan pornografi terhadap gejala *problematic pornography use*. Individu yang menggunakan pornografi dalam kesehariannya, namun memiliki konflik moral dan kecemasan terkait penggunaannya tersebut berada pada risiko yang lebih tinggi bahwa penggunaan pornografinya akan berubah menjadi problematik, yang akan menghalangi seseorang untuk terlibat sepenuhnya dalam kehidupan.

Penggunaan pornografi merupakan suatu fenomena yang kompleks. Pornografi sendiri termasuk '*supranormal stimulus*', dimana penggunaannya dapat memicu reaksi emosional hedonis yang tinggi dalam waktu yang singkat. Hal ini dapat meletakkan penggunanya pada posisi rentan terhadap berbagai dampak negatif yang dapat dipicu dari penggunaan pornografi, seperti gejala *problematic pornography use*. Penelitian ini menambah wawasan bahwa kerentanan tersebut dapat dipengaruhi oleh kecemasan dan perasaan yang individu miliki terkait penggunaan pornografinya. Penelitian yang dilakukan menambah wawasan baru terhadap faktor-faktor yang memengaruhi gejala *problematic pornography use*, terutama pada populasi Indonesia, yang masih jarang diteliti terkait topik ini.

## 5.2 Rekomendasi

### 5.2.1 Rekomendasi Untuk Penelitian Selanjutnya

1. Penelitian selanjutnya harus mempertimbangkan keseimbangan proporsi wanita dan pria dalam pengambilan sampel penelitian. Analisis terpisah/perbandingan antar jenis kelamin juga dapat menambahkan wawasan terkait pola penggunaan pornografi yang spesifik terhadap populasi jenis kelamin yang diteliti.
2. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi perbedaan motif penggunaan pornografi dan modalitas pornografi yang digunakan antara wanita dan pria, dan apakah hal tersebut memengaruhi perbedaan frekuensi penggunaan pornografi serta gejala *problematic pornography use*.

### 5.2.2 Rekomendasi Untuk Masyarakat

1. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat risiko yang lebih tinggi terhadap gejala *problematic pornography use* bagi individu yang menggunakan pornografi dan memiliki konflik moral terhadap penggunaannya. Terkadang, perasaan bersalah dapat menjadi indikator bahwa terdapat ketimpangan antara realita yang individu hadapi dengan keyakinan/nilai yang individu miliki, dimana hal ini dapat mendorong individu untuk melakukan perubahan yang adaptif. Akan tetapi, rasa bersalah yang terus-menerus, ditambah rasa kecemasan yang tak dapat dikendalikan dapat menimbulkan efek sebaliknya, dimana penggunaan pornografi individu malah menjadi problematik. Perasaan bersalah yang berlebihan juga dapat menghalangi individu untuk mengidentifikasi kondisi individu yang sebenarnya, sehingga menghalangi proses pemulihan. Selain itu, penggunaan pornografi biasanya didorong oleh berbagai faktor, dan individu harus dapat mengidentifikasi faktor utama penggunaan pornografi yang spesifik pada dirinya untuk mulai mengontrol

penggunaan pornografinya. Oleh karena itu, ketika individu merasa tidak dapat mengendalikan penggunaan pornografinya, diiringi dengan perasaan bersalah yang tak terkontrol, penting untuk segera mencari pertolongan kepada profesional untuk mengidentifikasi dorongan utama individu dalam menggunakan pornografi dan mempelajari cara alternatif untuk memenuhi kebutuhan tersebut yang sesuai dengan nilai-nilai yang individu miliki.

2. Perubahan teknologi yang cepat dan meningkatnya akses pornografi mengharuskan keluarga dan sekolah untuk lebih adaptif dalam menyiapkan remaja yang akan memasuki usia dewasa, dimana individu akan mengeksplorasi berbagai hal secara mandiri. Keluarga dan sekolah harus menyusun strategi untuk meningkatkan literasi media bagi remaja, khususnya terkait penggunaan pornografi. Individu yang sudah memasuki masa pubertas harus diajarkan terlebih dahulu terkait gairah seksual yang dimiliki manusia, bagaimana hal tersebut merupakan hal yang normal, dan bagaimana kehidupan modern serta teknologi memberikan pilihan bagi individu terkait cara-cara pemuasan gairah yang lebih beragam. Hal ini juga harus diiringi dengan edukasi bagaimana pornografi dapat memicu reaksi kognitif, afektif dan biologis yang berbeda dari stimulus-stimulus berbentuk media lainnya yang sehari-hari ditemui individu. Strategi yang hanya menitikberatkan alasan moralitas dan agama dalam mensosialisasikan *'bahaya'* pornografi bisa jadi malah menanamkan rasa malu, bersalah, dan keengganan untuk mencari pertolongan bagi individu yang merasa memiliki masalah dalam penggunaan pornografinya. Memberikan individu pilihan untuk memutuskan apa yang baik bagi dirinya dan bertanggung jawab atas pilihannya, setelah membekali individu dengan pengetahuan yang cukup merupakan cara yang lebih adaptif untuk mencegah *'dampak negatif'* pornografi pada diri individu.

3. Penyusun kebijakan harus mempertimbangkan integrasi edukasi dan literasi media terkait penggunaan pornografi sebagai salah satu metode penyelerasan moral publik dengan nilai-nilai yang dimiliki negara, bukan hanya dengan pelarangan/pemblokiran situs pornografi.