

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang dilakukan mengenai *self-esteem* dua wanita dewasa muda yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah di Universitas Pendidikan Indonesia, diperoleh bahwa:

1. Gambaran *self-esteem* wanita dewasa muda yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah.

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* wanita dewasa muda yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah pada dasarnya rendah, hal ini disebabkan kedua subjek menginternalisasi penilaian sosial yaitu wanita yang sudah pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah kurang dihargai dalam masyarakat, meskipun pada kedua subjek terdapat perbedaan dalam merespon devaluasi yang dilakukan diri mereka. Hal ini juga bergantung pada *global esteem* yang masing-masing subjek miliki. Untuk M yang memiliki *global esteem* tinggi devaluasi terhadap dirinya hanya akan menurunkan *self-esteem* sesaat atau hanya dalam kondisi tertentu dan akhirnya M memutuskan untuk berhenti dari aktifitas berhubungan seksual pra-nikah untuk mempertahankan *self-esteem* dirinya dan menghindari dampak yang sangat ingin dihindari adalah hamil sebelum pernikahan yang akan mengurangi *self-esteem* dirinya.

Sedangkan pada P yang memiliki *global esteem* rendah devaluasi terhadap dirinya sangat berarti dan menjadi trauma pada diri P yang akan berdampak pada pemilihan masa depan P seperti tidak dapat menolak permintaan pacar yang sering ingin berhubungan seksual dan P merasa kurang layak untuk mendapatkan pasangan yang lebih baik dari pada sekarang karena dirinya sudah pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah.

2. Alasan wanita dewasa muda tersebut pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah.

Alasan kedua subjek pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah memiliki pola yang sama yaitu mereka terbawa suasana dan tidak dapat menahan dorongan hasrat seksual mereka ketika sedang bersama pacar pada tempat-tempat yang memungkinkan mereka berhubungan seksual. Perbedaan subjek M dan P adalah subjek M yang merasa dirinya pesimis dapat mempertahankan keperawanannya hingga pernikahan karena sudah terlanjur berperilaku seksual hingga tingkat yang tinggi akhirnya meminta pada pacar untuk melakukan hubungan seksual pra-nikah, sedangkan P pada awalnya merasa terpaksa melakukan hubungan seksual karena dirinya takut ditinggalkan pacar yang merupakan sumber utama afeksi pada saat itu.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self-esteem* wanita dewasa muda yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah.

Faktor yang mempengaruhi *self-esteem* wanita dewasa muda yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah adalah *self-image* dalam interaksi heteroseksual yang dimiliki subjek sebelum pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah, religiusitas dan norma yang dianut oleh subjek, dan dukungan dari orang-orang terdekat terutama pacar subjek.

Nilai-nilai moral yang berlaku di masyarakat Indonesia mengenai perilaku seksual pra-nikah yang negatif dan masih berartinya keperawanan wanita yang belum pernah menikah menurunkan harga diri kedua subjek sehingga M dan P tidak berani menunjukkan diri apa adanya di hadapan lingkungan sosialnya masing-masing sehingga hal tersebut menjadi beban yang apabila kemampuan pertahanan dirinya lemah seperti P mengantarkan kedalam kecemasan dan gejala depresi hingga percobaan bunuh diri terkait penilaian dirinya mengenai wanita yang belum menikah dan sudah tidak perawan bukan lagi wanita yang berharga. Meskipun pertahanan diri M termasuk cukup baik namun dirinya tetap tidak dapat menghilangkan kecemasan-kecemasan dari rasa takut diketahui perilaku seksual pra-nikahnya dan status dirinya yang sudah tidak perawan.

*Self-image* positif M yang baik secara fisik maupun psikologis mempengaruhi penilaian diri yang menarik dan populer dikalangan lawan jenis

memberikan pengalaman kesuksesan bagi M dalam interaksi heteroseksual dengan lawan jenis yang membuat M merasa pantas untuk dihargai lawan jenisnya dan cenderung lebih sedikit merasa khawatir akan mendapat penolakan dari lawan jenis meskipun dirinya sudah pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah. Sedangkan *self-image* P tidak konsisten secara fisik P lebih merasa puas pada saat dirinya pernah berhubungan seksual pra-nikah karena proporsi tubuhnya menjadi lebih langsing akibat stress yang dialaminya sedangkan secara psikologis P merasa kurang puas karena dirinya menjadi sangat ketergantungan pada sosok pacar.

Religiusitas P yang masih tetap beribadah pada Tuhan dan tetap memohon pertolongan Tuhan menguatkan P dalam menjalani hari-hari yang penuh kecemasan karena *self-esteem* yang rendah akibat P memiliki nilai moral yang tinggi yang telah dilanggarnya. Sedangkan M pernah merasa rendah diri dalam melaksanakan kewajiban agama yang dianutnya karena meyakini ibadahnya akan mendapat penolakan dari Tuhan akibat dirinya pernah melakukan hubungan seksual pranikah, namun kepercayaan dirinya bangkit untuk beribadah secara total pada Tuhan setelah dirinya memutuskan untuk berhenti dari aktifitas berhubungan seksual pra-nikah dan memutuskan untuk berhijab.

Dukungan dari orang-orang terdekat sangat mempengaruhi *self-esteem* wanita dewasa muda yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah terutama bagaimana cara pasangan mereka memperlakukan dan menghargai subjek terlihat pada M dengan pasangan yang menghargai dan mencintai M membuat *self-evaluation* dirinya menjadi sangat positif sehingga *self-esteem* M menjadi tinggi sedangkan pada P pacar yang tidak dewasa dan kurang menghargai P membuat P semakin menilai dirinya menjadi rendah sehingga *self-esteem* P menjadi rendah.

Dukungan keluarga dan sahabat pun berkontribusi dalam pemulihan *self-esteem* dari subjek terutama penerimaan ketika keluarga atau sahabat mengetahui subjek pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah. Meskipun keluarga M tidak mengetahui bahwa M pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah M yang merasa memiliki posisi penting dalam keluarga dan merasa diandalkan oleh

keluarga menguatkan perasaan bahwa dirinya berarti bagi orang lain ini menjadi salah satu sumber *self-esteem* M begitu pula dukungan sahabat yang menerima M apa adanya meskipun sudah mengaku dirinya pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah membuat dirinya tetap merasa berharga. Sedangkan P mendapat penerimaan dari keluarga yang mengetahui kondisi P yang pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah sehingga P yang sebelumnya kurang merasa berarti bagi keluarga menjadi tersadar bahwa dirinya berarti bagi keluarga dan tetap diterima dalam kondisi seperti sekarang.

## B. REKOMENDASI

Dari penelitian yang dilakukan, beberapa hal yang perlu direkomendasikan adalah:

1. Bagi wanita dewasa muda tersebut pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah, untuk mengembalikan *self-esteem* yang sempat rendah direkomendasikan untuk segera menghentikan dan menunda kembali aktifitas berhubungan seksual hingga hubungan dengan pacar telah resmi menjadi suami istri untuk menghindari dampak yang lebih buruk terutama kehamilan yang tidak diinginkan dengan cara lebih asertif dan komunikatif pada pacar. Apabila pacar tidak mendukung upaya untuk mengembalikan *self-esteem* yang sempat rendah sebaiknya tinggalkan hubungan yang tidak sehat itu dan yakinlah Tuhan akan memberikan jodoh yang lebih baik.
2. Bagi orang tua, hendaknya lebih memperhatikan putrinya meskipun sudah memasuki usia dewasa muda karena dukungan dan perhatian yang cukup dari keluarga akan menjauhkan mereka dari perilaku berhubungan seksual pra-nikah dan jika memungkinkan menawarkan atau menyarankan pernikahan meskipun masih menempuh pendidikan tinggi.
3. Bagi praktisi psikologi, diharapkan dapat memberikan penanganan yang memadai seperti konseling atau membentuk *helping group* di daerah yang terdapat banyak populasi pemudanya untuk mencegah bertambahnya pelaku hubungan seksual pra-nikah dikalangan muda karena perilaku yang

melanggar norma ini lebih banyak dilakukan oleh orang yang kurang beraktifitas yang lebih bermanfaat dan bagi mereka yang terlanjur pernah melakukan hubungan seksual pra-nikah agar dapat menyadari kesalahannya dan dapat menghentikan perilaku tersebut hingga memiliki komitmen pernikahan kelak sebagai upaya rehabilitasi evaluasi diri untuk meningkatkan harga diri mereka dengan cara bertaubat.

4. Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan untuk melakukan penelitian pada pasangan pelaku hubungan seksual pra-nikah agar mendapatkan pemahaman yang lebih kaya mengenai dinamika psikologis pelaku hubungan seksual pra-nikah, dan menggunakan teknik pengambilan data yang lebih komprehensif dengan menambahkan teknik observasi keseharian subjek.
5. Bagi pihak yang berwenang setempat yang tercatat memiliki warga dengan rentang usia dewasa muda direkomendasikan untuk menyelenggarakan penyuluhan dari tingkat kelurahan mengenai seksualitas bagi kaum muda untuk mencegah dan menangani pelaku-pelaku yang pernah berhubungan seksual pra-nikah dan kepada Kantor Urusan Agama sebaiknya lebih gencar mengadakan penyuluhan-penyuluhan mengenai keutamaan pernikahan untuk mencegah perilaku seksual pra-nikah pada kaum muda.