

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Hasil studi pendahuluan pada penelitian ini menunjukkan bahwa siswa SMP di rayon 08 Semarang memiliki kecenderungan resiliensi pada kategori sedang, artinya ketahanan siswa SMP untuk tidak melakukan perilaku seksual berisiko masih belum optimal sehingga mereka perlu mendapatkan pelatihan resiliensi. Hasil penyebaran data menunjukkan aspek resiliensi yang dialami oleh siswa SMP di Rayon 08 Semarang adalah aspek *I have*, *I am* dan *I can*. Indikator *I have* yang dialami oleh siswa SMP adalah struktur aturan di rumah dan di sekolah serta role model. Indikator *I am* yang dialami siswa adalah otonomi dan tanggungjawab serta harapan dan keyakinan. Indikator *I can* yang dialami oleh siswa adalah berkomunikasi dan pemecahan masalah.

Salah satu sumber utama stres pada remaja adalah hubungannya dengan orang tua (*Family Stres*) dan tekanan akademik (*School Stres*). Stres dalam masalah akademik cenderung tinggi pada dua tahun terakhir di sekolah, keinginan mendapat nilai tinggi, banyak tugas, dimana remaja selalu berusaha untuk tidak gagal ini semua menyebabkan stres. Dan jika stres ini tidak dapat ditangani maka remaja akan memiliki kecenderungan resiliensi yang rendah dan kemungkinan untuk melakukan perilaku berisiko akan semakin tinggi.

Berkaitan dengan struktur keluarga dan peran orang tua, dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu: pemantauan atau pengawasan orang tua dikombinasikan dengan pemberian kepercayaan telah dipelajari secara luas berkorelasi penting dengan perilaku berisiko pada remaja, kurangnya waktu bertemu dengan orang tua baik secara kualitas maupun kuantitas dan tingginya konflik interparental sangat berkaitan erat dengan peningkatan risiko remaja melakukan perilaku seksual berisiko. Ditemukan juga fakta menarik terkait resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko pada remaja berkaitan dengan faktor keluarga, keluarga pada umumnya sudah semakin permisif terhadap norma

pergaulan maupun norma berpakaian remaja saat ini dan hal tersebut berkaitan erat dengan peningkatan remaja melakukan perilaku seksual berisiko.

Terdapat perbedaan resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko pada laki-laki dan perempuan. Perempuan memiliki resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko lebih tinggi dibanding siswa laki-laki. Faktor yang mungkin menyebabkan hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian serupa adalah resiliensi di sini berkaitan dengan perilaku seksual berisiko. Beberapa hasil penelitian menyebutkan bahwa laki-laki lebih rentan melakukan perilaku seksual berisiko dibandingkan wanita. Peran gender adalah bagian dari peran sosial dan tidak hanya ditentukan oleh jenis kelamin orang yang bersangkutan, tetapi oleh lingkungan dan faktor-faktor lainnya. Di Jawa Tengah merupakan daerah yang menganut sistem bilateral dimana sistem kekerabatan berdasarkan garis ayah dan ibu. Walaupun masyarakat Jawa menggunakan sistem bilateral dalam melihat garis keturunan, tetapi hubungan antara laki-laki dan perempuan masih cenderung patriarkhat. Dalam lingkungan keluarga di suku Jawa, pria berperan sebagai kepala keluarga, sedangkan peranan wanita terbatas sebagai ibu terutama pendidikan anak-anak dan pengaturan rumah tangga, sehingga perempuan lebih diawasi dan dilindungi dibandingkan laki-laki.

Hasil validasi rasional pakar bimbingan konseling maupun praktisi di lapangan terhadap strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat untuk meningkatkan resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko pada remaja yang dikembangkan dinilai layak dan operasional sebagai suatu strategi intervensi untuk meningkatkan resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko pada remaja SMP. Pengembangan strategi ini mengacu pada landasan filosofis dan psikologis dalam bimbingan dan konseling yaitu bimbingan dan konseling menekankan pada kekuatan individu untuk merancang, bereaksi dan berperilaku serta menilai hubungan antara dirinya dan lingkungannya, serta, bimbingan dan konseling diarahkan pada pencapaian perkembangan pribadi (potensi) yang deduktif dan efektif melalui pemahaman diri dan lingkungan, pemahaman tentang hubungan antara diri dan lingkungan, serta pemahaman nilai-nilai pribadi dan sosial.

Secara umum diperoleh bukti empirik bahwa strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat efektif untuk meningkatkan resiliensi terhadap perilaku

seksual berisiko pada remaja SMP. Hasil analisis baik secara kuantitatif maupun kualitatif menunjukkan bahwa resiliensi siswa terhadap perilaku seksual berisiko cenderung mengalami peningkatan. Dapat disimpulkan bahwa strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat ini dapat memberikan kontribusi sebagai strategi yang efektif untuk meningkatkan resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko pada remaja.

B. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan penelitian, rekomendasi utama penelitian ini adalah strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat untuk meningkatkan resiliensi remaja terhadap perilaku seksual berisiko. Rekomendasi ditujukan kepada berbagai pihak terkait khususnya guru BK di lingkungan Sekolah Menengah, Orang tua, Kepala SMP, UPT Layanan Konseling Universitas PGRI Semarang, dan peneliti selanjutnya. Rekomendasi untuk masing-masing pihak dipaparkan sebagai berikut.

1. Guru BK sebagai pihak yang bertanggung jawab untuk memberikan layanan preventif maupun responsif terhadap permasalahan siswa perlu mulai menerapkan strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat sebagai alternatif strategi intervensi untuk mencegah perilaku seksual berisiko dan menangani permasalahan siswa.
2. Orang tua, khususnya yang memiliki putra putri remaja atau menjelang remaja, sebaiknya bersikap *authoritative* yaitu dapat bersikap hangat, menerima, memberikan aturan dan norma serta nilai-nilai secara jelas dan bijaksana. Menyediakan waktu untuk mendengar, menjelaskan, berunding dan bisa memberikan dukungan pada pendapat anak yang benar. Memberikan pendidikan religiusitas sejak dini. Kemandirian anak diajarkan secara bertahap, kebebasan yang diberikan terlalu dini akan memudahkan remaja terperangkap dalam pergaulan yang buruk. Orang tua atau keluarga tidak bisa menyerahkan sepenuhnya tanggungjawab pendidikan anak-anaknya kepada lembaga sekolah, begitupun sebaliknya, lembaga sekolah juga tidak bisa menjalankan tanggungjawab mendidik remaja tanpa adanya bantuan dan kerjasama dari orang tua. Oleh karena itu diperlukan kesadaran penuh antara

orang tua dan guru untuk bersama-sama bergandengan tangan dalam melahirkan generasi emas yang tangguh.

3. Kepala SMP sebagai pihak yang bertanggungjawab mendorong pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah, sebaiknya mulai terbuka dan responsif terhadap fenomena atau isu-isu seksualitas yang mengintai remaja SMP saat ini, dan mendukung pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah secara penuh.
4. UPT layanan konseling Universitas PGRI Semarang, strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat ini dapat digunakan sesuai setting perguruan tinggi, maka direkomendasikan kepada UPT LBK untuk melakukan upaya pencegahan melalui *workshop* kepada dosen wali dan mahasiswa sebagai upaya untuk meningkatkan resiliensi mahasiswa terhadap perilaku seksual berisiko.
5. Penelitian ini tidak menguji secara empiris hubungan antara resiliensi masyarakat, resiliensi sekolah dan resiliensi remaja. Temuan yang diperoleh dari uji empiris strategi ini adalah strategi konseling kelompok kognitif perilaku singkat efektif untuk meningkatkan resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko pada remaja, dan indikator yang paling mempengaruhi adalah struktur, aturan di rumah dan sekolah. Dengan berpijak pada temuan-temuan dan keterbatasan-keterbatasan penelitian ini, maka direkomendasikan bagi peneliti selanjutnya untuk mengangkat tema-tema penelitian berikut baik di setting sekolah maupun perguruan tinggi.
 - a. Model pola asuh terhadap remaja yang efektif sesuai dengan kultur di Indonesia.
 - b. Hubungan resiliensi terhadap perilaku seksual berisiko dengan penanaman nilai-nilai religiusitas dalam keluarga.
 - c. Hubungan antara resiliensi masyarakat, resiliensi keluarga terhadap resiliensi perilaku seksual berisiko pada remaja.