

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Penelitian ini memberikan gambaran menyeluruh mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual berisiko pada remaja di SMA Negeri 15 Depok. Karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada fase remaja akhir, kondisi ini mencerminkan populasi remaja yang secara perkembangan telah memiliki kematangan kognitif dan sosial yang lebih baik, sehingga secara teoritis mampu mengambil keputusan secara lebih rasional dalam menyikapi berbagai pengaruh dari lingkungan keluarga maupun sosial.

Hasil analisis menunjukkan bahwa keterlibatan ayah tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku seksual berisiko pada remaja. Temuan ini mengindikasikan bahwa keterlibatan ayah, khususnya yang diukur secara kuantitatif atau umum, belum tentu berimplikasi langsung terhadap perilaku seksual yang ditampilkan oleh remaja. Hal ini menegaskan bahwa pengaruh orang tua terhadap perilaku seksual remaja bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh kualitas komunikasi, keterbukaan, serta konteks pembahasan isu kesehatan reproduksi yang dilakukan dalam keluarga. Selain itu, pada fase remaja akhir, peran orang tua cenderung mengalami pergeseran seiring meningkatnya kemandirian remaja serta intensitas interaksi dengan lingkungan sosial di luar keluarga, sehingga keterlibatan ayah tidak selalu menjadi faktor penentu utama dalam membentuk perilaku seksual remaja.

Selain keterlibatan ayah, penelitian ini juga menemukan bahwa peran teman sebaya tidak berhubungan secara signifikan dengan perilaku seksual berisiko. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya terhadap perilaku seksual remaja tidak bersifat universal dan dapat berbeda antarindividu. Remaja dengan tingkat kematangan psikologis yang lebih

baik serta kemampuan seleksi nilai dan norma yang kuat cenderung tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial dari teman sebaya. Dengan demikian, meskipun teman sebaya secara teoretis berperan dalam membentuk norma perilaku remaja, pengaruh tersebut tidak selalu termanifestasi secara langsung dalam perilaku seksual berisiko, khususnya dalam konteks populasi dan lingkungan penelitian ini.

Sebaliknya, hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku seksual berisiko pada remaja. Remaja dengan tingkat *self-efficacy* yang baik cenderung menunjukkan perilaku seksual berisiko yang lebih rendah dibandingkan dengan remaja yang memiliki *self-efficacy* rendah. Temuan ini menegaskan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengendalikan diri, mengambil keputusan, dan menghadapi tekanan sosial merupakan faktor protektif yang penting dalam mencegah perilaku seksual berisiko. *Self-efficacy* yang tinggi memungkinkan remaja untuk lebih mampu menolak ajakan atau tekanan yang berpotensi mengarah pada perilaku berisiko serta mempertimbangkan konsekuensi jangka pendek maupun jangka panjang dari tindakannya.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor internal berupa *self-efficacy* memiliki peran yang lebih dominan dalam memengaruhi perilaku seksual berisiko pada remaja dibandingkan faktor eksternal seperti keterlibatan ayah dan peran teman sebaya. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan aspek psikologis remaja, khususnya dalam meningkatkan *self-efficacy*, sebagai strategi utama dalam upaya pencegahan perilaku seksual berisiko. Oleh karena itu, intervensi promosi kesehatan reproduksi pada remaja perlu diarahkan tidak hanya pada peningkatan keterlibatan keluarga dan lingkungan sosial, tetapi juga pada pengembangan kapasitas individu remaja dalam membangun kepercayaan diri, kontrol diri, dan kemampuan pengambilan keputusan yang sehat dan bertanggung jawab.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku seksual berisiko pada remaja di SMA Negeri 15 Depok, maka beberapa saran dapat diajukan sebagai berikut:

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sekolah diharapkan dapat memperkuat program pendidikan kesehatan reproduksi dan seksual yang komprehensif serta berkelanjutan. Materi tidak hanya berfokus pada aspek pengetahuan, tetapi juga pada pengembangan keterampilan psikososial siswa, khususnya peningkatan *self-efficacy* dalam pengambilan keputusan, kemampuan menolak tekanan sosial, dan penguatan kontrol diri. Sekolah juga disarankan untuk mengintegrasikan pendekatan berbasis life skills melalui kegiatan ekstrakurikuler, bimbingan konseling, serta program penguatan karakter remaja.

2. Bagi Orang Tua, khususnya Ayah

Orang tua, terutama ayah, diharapkan dapat meningkatkan kualitas keterlibatan dalam kehidupan remaja, tidak hanya dari segi kehadiran fisik tetapi juga dalam bentuk komunikasi yang terbuka, hangat, dan efektif mengenai isu kesehatan reproduksi dan seksualitas. Keterlibatan ayah perlu diarahkan pada pembentukan hubungan yang suportif, sehingga remaja merasa aman dan nyaman untuk berdiskusi serta memperoleh nilai dan norma yang positif terkait perilaku seksual yang sehat dan bertanggung jawab.

3. Bagi Remaja

Remaja diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya *self-efficacy* dalam mengendalikan perilaku dan mengambil keputusan yang sehat. Remaja perlu didorong untuk membangun kepercayaan diri, kemampuan berpikir kritis, serta keberanian dalam menolak ajakan atau tekanan yang berpotensi mengarah pada perilaku seksual berisiko. Penguatan nilai moral, etika, dan pemahaman konsekuensi dari perilaku

berisiko menjadi langkah penting dalam menjaga kesehatan fisik dan psikososial remaja.

4. Bagi Tenaga Kesehatan dan Perawat

Tenaga kesehatan, khususnya perawat komunitas dan promotor kesehatan, diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi remaja yang berbasis pendekatan psikososial. Program intervensi yang dirancang hendaknya menekankan pada peningkatan *self-efficacy*, penguatan kemampuan koping, serta pemberdayaan remaja dalam menghadapi pengaruh lingkungan sosial. Kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan fasilitas kesehatan sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku sehat pada remaja.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti longitudinal atau mixed methods, guna menggali hubungan sebab-akibat secara lebih mendalam. Selain itu, pengukuran keterlibatan ayah dan peran teman sebaya sebaiknya tidak hanya bersifat kuantitatif, tetapi juga menilai aspek kualitas interaksi dan komunikasi. Penambahan variabel lain seperti pengaruh media, nilai religiusitas, dan norma budaya juga disarankan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai determinan perilaku seksual berisiko pada remaja.