

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dengan uji *Paired Sample T-Test*, menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara skor kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah sebelum diberikan perlakuan intervensi dengan skor kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah setelah diberikan perlakuan intervensi pelatihan asertivitas. Hal ini dapat dilihat dari nilai $t = 9,948$ $p < 0,05$ artinya kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah setelah diberikan pelatihan asertivitas lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan pelatihan asertivitas. Keenam subjek yang mengikuti pelatihan juga menunjukkan peningkatan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah setelah diberikan intervensi pelatihan asertivitas. Subjek mulai menerapkan perilaku menolak atau mulai mampu untuk mengatakan apa yang tidak ingin ia lakukan sebagai upaya untuk meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah subjek.

Pelatihan asertivitas untuk peningkatan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah dibuktikan pula melalui hasil wawancara. Terbentuknya kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah yang terungkap dari wawancara dapat diketahui melalui jawaban yang diberikan subjek yaitu subjek akan lebih berhati-hati dalam perilaku seksualnya, subjek akan mempertimbangkan terlebih dahulu sebelum bertindak untuk apa yang boleh dilakukan dan apa yang belum boleh untuk

dilakukan, subjek memiliki keinginan untuk mengelola dorongan seksualnya dengan benar serta mampu untuk membatasi diri. Pelatihan asertivitas dapat membuat subjek menyadari bahwa perilaku asertif dalam mengelola perilaku dan membuat keputusan sangat penting bagi mereka.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian

Subjek hendaknya mempertahankan kontrol diri yang telah dimiliki saat ini, agar subjek terlindungi dari pengaruh negatif perilaku seksual yang muncul dari lingkungan sekitarnya. Subjek juga diharapkan terus berlatih dan menerapkan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari sehingga tidak mudah tertekan dan mampu mengungkapkan apa yang tidak ingin dilakukan dengan nyaman sebagai upaya untuk meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah.

2. Bagi pihak sekolah

Bagi pihak sekolah perlu membuat suatu program kegiatan yang dapat meningkatkan kontrol diri terhadap perilaku seks pranikah pada remaja putri, salah satunya dengan cara pelatihan asertivitas.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini peneliti memiliki keterbatasan penelitian. Adapun keterbatasan penelitian ini yaitu kurangnya kontrol terhadap subjek ketika

melakukan atau menerapkan perilaku asertif di rumah dan di sekolah, sehingga subjek kadang-kadang menerapkan perilaku asertif tidak konsisten.