

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian ini, simpulan yang dapat diambil adalah bahwa partisipan mengalami berbagai dampak yang signifikan akibat terlibat dalam aktivitas *cybersex*. Dampak tersebut meliputi dampak individu, dampak sosial, dampak keluarga, dan dampak akademik. Dampak individu yang terlihat meliputi terjadinya kecanduan *cybersex* dan mengantarkan mereka pada perilaku hubungan seksual yang tidak terkontrol. Dampak sosialnya adalah perilaku menarik diri dari lingkungan sekitar dan lebih suka menyendiri, yang dapat menyebabkan isolasi sosial dan kesepian. Dampak keluarga yang muncul termasuk kurangnya perhatian, bahkan pengucilan dari keluarga, serta kurangnya dukungan dan pemahaman terhadap masalah yang dihadapi. Dampak akademik juga terlihat dalam kesulitan partisipan untuk fokus dan berkonsentrasi saat belajar, bahkan malas untuk mengikuti kelas dan mengerjakan tugas, yang berpotensi mengakibatkan penurunan kualitas pendidikan dan putus sekolah. Bahkan salah satu dari partisipan menunjukkan hilangnya minat untuk melakukan pendidikan

Dampak-dampak *cybersex* di atas muncul dikarenakan pengaksesan konten pornografi yang dilakukan oleh partisipan. Partisipan merupakan orang yang memiliki kecanduan terhadap *cybersex* dan membutuhkannya untuk memenuhi kebutuhan seksual mereka. Partisipan juga kerap kali melakukan

pengaksesan konten pornografi yang diikuti dengan masturbasi untuk mencari kepuasan seksual.

B. Saran

Saran yang diberikan pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Individu yang Mengalami Dampak Cybersex:
 - a. Mencari Dukungan dan Bantuan Profesional: Penting untuk mencari bantuan dari ahli terkait seperti psikolog, terapis, atau konselor yang memiliki pemahaman tentang kecanduan *cybersex*. Mereka dapat membantu dalam mengevaluasi situasi individu secara menyeluruh, memberikan dukungan emosional, dan merancang strategi pengelolaan yang tepat.
 - b. Mengembangkan Kesadaran Diri: Penting untuk memahami dampak yang timbul akibat terlibat dalam *cybersex*. Mengakui dan menerima bahwa individu sedang menghadapi masalah adalah langkah awal yang penting dalam proses pemulihan.
 - c. Menggantikan Kegiatan Positif: Mengalihkan perhatian dan energi ke kegiatan yang bermanfaat dan membangun, seperti olahraga, seni, hobi, atau kegiatan sosial. Mengisi waktu dengan kegiatan yang positif dapat membantu mengalihkan pikiran dari perilaku *cybersex* dan memperkuat perasaan kesenangan dan pencapaian dari aktivitas yang lebih sehat.

2. Bagi Lingkungan Sekitar:

- a. Edukasi dan Kesadaran: Penting untuk meningkatkan pemahaman tentang dampak dari *cybersex* di kalangan lingkungan individu, termasuk keluarga, teman, dan masyarakat. Melalui program edukasi dan kesadaran, lingkungan dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik tentang kecanduan *cybersex* dan memahami bahwa individu yang terpengaruh membutuhkan dukungan dan pengertian.
 - b. Mengenali Tanda dan Gejala: Lingkungan harus belajar mengenali tanda dan gejala kecanduan *cybersex* dan memberikan perhatian khusus terhadap perubahan perilaku dan kesehatan mental individu yang terpengaruh. Dengan mengenali tanda-tanda awal, langkah-langkah pencegahan dan intervensi dapat diambil lebih awal.
 - c. Mengarahkan ke Sumber Bantuan: Lingkungan harus memiliki informasi tentang sumber-sumber bantuan profesional seperti psikolog, terapis, atau konselor yang dapat membantu individu yang terpengaruh. Mengarahkan individu ke sumber bantuan yang tepat dan membantu mereka dalam mengambil langkah-langkah untuk mendapatkan dukungan yang diperlukan.
3. Penelitian Selanjutnya:
- a. Melakukan penelitian yang melibatkan sampel yang lebih besar dan variasi populasi remaja untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang dampak *cybersex*. Ini dapat mencakup studi

perbedaan usia, perbedaan gender, pengaruh konteks budaya, dan faktor-faktor sosial yang mempengaruhi terjadinya dampak.

- b. Melakukan penelitian tentang penerapan teknologi dan inovasi digital dalam pendekatan pencegahan dan intervensi terkait dampak *cybersex* pada remaja. Ini dapat mencakup pengembangan aplikasi atau platform online yang memberikan sumber daya, pendidikan, dan dukungan bagi remaja dalam menghadapi risiko *cybersex*.
- c. Melakukan penelitian yang fokus pada faktor protektif dan strategi *coping* yang dapat membantu remaja mengatasi dampak *cybersex*. Ini dapat membantu dalam pengembangan program pencegahan yang lebih holistik.

4. Penanganan

1. Terapi Kognitif, dengan tujuan untuk mengubah pola perilaku negatif sehingga dapat mengurangi perilaku *cybersex* yang merugikan. Terapi ini fokus pada perubahan pikiran dan keyakinan yang mendasari perilaku tersebut.
2. Terapi Humanis, yang bertujuan mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Dalam konteks ini, perlu dilakukan perubahan persepsi anak tentang perilaku *cybersex* agar mereka memahami bahwa perilaku tersebut melanggar norma-norma yang berlaku dan berpotensi merugikan diri mereka dan orang lain.

3. Konseling keluarga, yang bertujuan memberikan penjelasan kepada keluarga mengenai kondisi anak dan memberikan pemahaman tentang dampak *cybersex* yang dialami. Melalui konseling ini, diharapkan dapat terjadi perubahan dalam sistem keluarga yang dapat menjadi salah satu latar belakang anak mengalami perilaku *cybersex*. Dengan dukungan dan pemahaman dari keluarga, diharapkan anak dapat mendapatkan lingkungan yang lebih positif dan terhindar dari aktivitas *cybersex* yang merugikan.

Melalui kombinasi terapi kognitif, terapi humanis, dan konseling keluarga, diharapkan dapat memberikan pendekatan komprehensif dalam menangani dan mencegah perilaku *cybersex* pada remaja. Penting juga untuk melibatkan tim profesional yang terlatih dalam membantu remaja dan keluarga dalam menghadapi tantangan ini. Selain itu, perlu dilakukan sosialisasi dan pendidikan kepada remaja tentang risiko dan konsekuensi negatif dari aktivitas *cybersex* serta pentingnya mengembangkan pola perilaku yang sehat dan sesuai dengan norma-norma yang berlaku.