

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku seksual pada mahasiswa. Hasil pengujian hipotesis menunjukkan nilai korelasi sebesar $-0,508$ dengan tingkat signifikansi $0,000$, yang berarti semakin tinggi kontrol diri mahasiswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku seksual. Temuan ini mengindikasikan bahwa kontrol diri berperan penting dalam mengelola dorongan seksual dan membuat keputusan yang lebih bijak. Selain itu, analisis tambahan menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kontrol diri dalam kategori sedang hingga tinggi, yang memberikan harapan bahwa mereka dapat menghindari perilaku seksual yang berisiko. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri sangat penting untuk mengendalikan dorongan seksual, terutama di kalangan mahasiswa yang berada dalam fase perkembangan di mana mereka mengeksplorasi dan mencari identitas mereka sendiri. Oleh karena itu, pengembangan kontrol diri di kalangan mahasiswa sangat diperlukan untuk mencegah perilaku seksual yang tidak sesuai dengan norma sosial dan moral.

B. Saran

Berdasarkan analisis dan kesimpulan yang telah disampaikan, peneliti memberikan saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, yaitu sebagai berikut:

1. Untuk Orang Tua dan Masyarakat: Orang tua dan masyarakat perlu berperan aktif dalam memberikan dukungan dan pengawasan yang positif terhadap perilaku anak-anak mereka. Menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan kontrol diri sangat penting, sehingga anak-anak dapat merasa aman untuk berdiskusi tentang isu-isu seksual dan mendapatkan bimbingan yang tepat.
2. Untuk Mahasiswa: Mahasiswa disarankan untuk aktif mengikuti kegiatan yang dapat meningkatkan keterampilan kontrol diri, seperti pelatihan manajemen emosi dan pengambilan keputusan yang bijak. Dengan meningkatkan kontrol diri, mahasiswa dapat lebih baik dalam mengelola dorongan seksual dan membuat keputusan yang bertanggung jawab.
3. Untuk Peneliti Selanjutnya : Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku seksual mahasiswa, seperti pengaruh teman sebaya dan media. Pendekatan yang lebih menyeluruh dalam memahami dinamika perilaku seksual di kalangan remaja juga perlu diterapkan, termasuk menggunakan metode kualitatif untuk mendapatkan wawasan yang lebih mendalam.