

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya penulis membuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Kecanduan pornografi yang dialami oleh responden remaja mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten sebagian besar masuk pada kategori *high level*. Dimana intensitas responden dalam menonton video pornografi sangat sering mulai dari setiap hari dua kali sampai satu minggu tiga kali nonton video pornografi. Walaupun responden tidak pernah merencanakan menonton video pornografi, tetapi ketika responden sedang sendirian, jenuh, stres dan sedang butuh hiburan pikiran responden selalu tertuju dan mendorong responden kepada video pornografi, bahkan tidak hanya itu ketika responden melihat adegan-adegan yang romantis seperti pasangan di film-film melakukan adegan ciuman atau pelukan pemikiran responden tertuju kepada video pornografi dan menjadikan menonton video pornografi sebagai alat pelampiasan hasrat seksualitasnya.

2. Penerapan terapi *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* pada remaja menggunakan pendekatan yang fokus pada restrukturasi kognitif dan intervensi perilaku yang menyimpang pada konseli, dalam proses tahapan intervensi pemikiran konseli dilakukan dengan sangat rasional dan ilmiah sehingga konseli bisa menerima proses intervensi pemikiran tersebut. Dalam tahapan ini tidak hanya mengintervensi pemikiran namun juga mengintervensi perilaku konseli dengan tujuan konseli bisa terhindar dari aktivitas kecanduan menonton video pornografi. Pendekatan konseling ini mudah diterima oleh konseli sehingga konseli mampu memberikan informasi tentang apa yang dirasakan oleh konseli tanpa merasa canggung atau sebagainya. Adapun tahapan-tahapan dalam proses terapi ini yaitu: a. sesi asesmen dan diagnosa, b. Mencari akar permasalahan yang bersumber dari emosi negatif dan penyimpangan proses berpikir, c.intervensi pemikiran dan penyampaian konsekuensi negatif, d. Intervensi tingkah laku dan e. sesi pencegahan *relapse* dan training *self help*.
3. Proses terapi *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* mampu memberikan pengaruh dan perubahan yang positif kepada para konseli, yang meliputi aspek kognitif, perilaku dan perasaan.

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan terhadap lima orang responden, yang mengalami perubahan yang cukup bagus dan mempunyai niatan kuat untuk berhenti dari kecanduan pornografi itu hanya tiga orang saja, yaitu AR, M.I.A dan AM, hal itu karean tiga responden ini serius dan bertekad kuat untuk bisa berhenti dari kecanduan menonton video porno tersebut, adapun responden DO dan DR tidak mengalami perubahan yang signifikan, walaupun begitu DO dan DR sudah bisa untuk mengabaikan dorongan pikirannya untuk menonton video pornografi.

## **B. Saran**

### **1. Bagi para remaja**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan masyarakat dan remaja semakin sadar akan dampak negatif dari perkembangan teknologi, salah satunya adalah internet. Selain bermanfaat untuk ilmu pengetahuan, nyatanya masih banyak yang memanfaatkan internet sebagai media untuk mencari video pornografi dan menjadikan sebagai alat pelampiasan seksualitasnya. Remaja yang masih berkembang menjadi dewasa memiliki keingintahuan yang tinggi terhadap hal-hal baru, termasuk masalah seksual. Dengan tingginya perilaku mengakses situs

pornografi maka terjadi pula peningkatan perilaku seksual remaja yang berdampak negatif bagi remaja itu sendiri. Bagi para remaja yang sudah kecanduan pornografi, diharapkan untuk mampu mengurangi aktivitas menonton video pornografi dan untuk tidak mengikuti hasrat seksualitasnya semata. Serta bagi para remaja diharapkan mengetahui dampak negatif dari kecanduan pornografi dan bisa mengatur pola hidup menjadi lebih baik, lebih produktif dan lebih sehat guna untuk menghindari *relapse* menonton video pornografi terjadi lagi.

## 2. Bagi Kampus

Diharapkan kampus UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang sudah jelas kampus yang berbasis ajaran agama islam diharapkan untuk mensosialisasikan bahaya kecanduan pornografi dan bisa memberikan pelayanan konseling secara gratis bagi remaja yang sudah mengalami kecanduan.

## 3. Peneliti selanjutnya

Penulis berharap semoga hasil penelitian ini bisa bermanfaat baik bagi civitas akademik maupun bagi perorangan yang sedang mempelajari atau memperdalam keilmuannya di bidang terapi atau konseling. Kepada peneliti selanjutnya ataupun pembaca diharapkan

dapat mempelajari lebih banyak lagi sumber dan referensi terkait dengan kecanduan pornografi pada remaja sehingga hasil penelitiannya dapat lebih baik dan lebih lengkap.