

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pengalaman dan pemaknaan diri perempuan Generasi Z sebagai pelaku *sex before marriage* sangat erat kaitannya dengan proses komunikasi interpersonal, khususnya dalam membangun *self image* dan *self esteem*. Generasi Z menghadapi tekanan sosial yang kompleks akibat stigma masyarakat terhadap hubungan pranikah. Dalam konteks komunikasi interpersonal, interaksi dengan orang-orang terdekat, seperti pasangan, teman, dan keluarga menjadi elemen penting yang membentuk pandangan mereka tentang diri sendiri. *Self image* mereka dipengaruhi oleh bagaimana mereka dipersepsikan oleh orang lain, sedangkan *self esteem* mencerminkan evaluasi diri yang mereka kembangkan melalui respons dan umpan balik dari lingkungan sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman *sex before marriage* memberikan dampak beragam pada *self image* dan *self esteem* individu. Perbedaan pandangan dan harga diri setiap informan didasari oleh pengalaman hidupnya. Informan A memiliki rentang waktu yang cukup lama dibandingkan kedua informan lainnya yaitu 4 tahun sejak Ia terakhir melakukan *sex before marriage*. Dalam waktu yang cukup lama tersebut, informan A mengalami banyak perubahan dalam dirinya. Informan A merasa kehilangan nilai dirinya akibat tekanan emosional sehingga ia merasa kehilangan kepercayaan diri dalam menghadapi stigma dari lingkungan sosialnya. Sebagai seseorang yang kuat dan sibuk dengan

aktivitas, informan A mencoba menunjukkan kemandirian dan kebahagiaan meski merasa tidak percaya pada laki-laki. Ia berupaya menutupi rasa tidak percaya diri dengan menampilkan citra sebagai pribadi yang aktif dan dikelilingi teman

Informan B menampilkan dirinya sebagai individu yang bertanggung jawab, terutama setelah menjadi ibu. Ia menunjukkan citra seorang ibu muda yang tegar, meskipun masih sering merasa tidak dihargai oleh lingkungan sekitarnya. Pandangannya terhadap dirinya sendiri sebagai pribadi yang "bodoh" dan kurang dihargai dipengaruhi oleh perbandingan dalam keluarga. Sedangkan informan C memulai hubungan ini sebagai sebuah eksplorasi emosional yang kemudian menjadi kebiasaan berulang. Informan C mencitrakan dirinya sebagai pribadi yang santai dan menerima diri sendiri. Ia terlihat percaya diri di depan umum dan menunjukkan bahwa ia dapat menjalani hidup dengan baik meskipun pernah melakukan *sex before marriage*

Pengalaman yang dialami oleh para informan memberikan pengaruh mendalam pada cara mereka menghargai diri sendiri. Meski latar belakang dan situasi yang mereka hadapi berbeda, ada benang merah berupa dampak emosional yang kuat akibat norma sosial dan stigma masyarakat terhadap *sex before marriage*. Harga diri informan A terpengaruh oleh pengalaman negatif masa lalu dan stigma sosial. Ia merasa jijik terhadap dirinya sendiri dan sulit membuka diri kepada keluarga. Proses membangun kembali harga dirinya sangat lambat karena ketergantungan pada penerimaan lingkungannya. Sedangkan, Informan B mengalami *self-esteem* yang rendah karena merasa tidak berharga, tidak percaya kepada orang lain, dan khawatir akan penilaian orang sekitar. Meski demikian,

dukungan dari teman-teman membuatnya lebih berani membuka diri. Berbeda dengan Informan C melihat pengalamannya sebagai pelajaran hidup. Meskipun merasa bersalah atas tindakannya, Ia menggunakan pengalaman sebagai pelajaran untuk membangun hubungan yang lebih baik di masa depan.

Dalam kehidupan sosial setiap individu secara tidak langsung akan melakukan perbandingan dengan orang lain sebagai cara untuk menilai posisi, nilai, dan pencapaian diri. Proses *social comparison* ini menjadi relevan bagi informan, terutama dalam menghadapi norma-norma masyarakat yang kerap memberikan tekanan dan memengaruhi cara mereka menilai serta memaknai diri mereka sendiri. Sebagaimana informan A yang merasa dirinya kurang beruntung dibandingkan dengan orang lain, terutama karena kehilangan keperawanan. *Social comparison* baginya lebih banyak membawa dampak negatif. Berbeda dengan informan B, yang mengalami *upward comparison* dalam keluarganya dimana orang tuanya kerap memandingkan dirinya dengan kakaknya. Perasaan ini membawanya pada refleksi untuk perubahan dan menemukan motivasi untuk menjadi lebih baik. Informan C menggunakan *social comparison* sebagai alat untuk membandingkan hubungan romantisnya dengan orang lain. Ia cenderung menyesuaikan diri dengan norma kelompok, meskipun merasa bahwa itu tidak sepenuhnya mencerminkan nilai pribadinya.

Kemajuan teknologi dan media sosial turut memengaruhi cara Generasi Z berkomunikasi dan memahami seksualitas. Akses informasi yang luas sering kali menggantikan komunikasi interpersonal langsung terutama dengan keluarga, sehingga membatasi kesempatan untuk memperoleh edukasi yang lebih mendalam

dan personal. Kurangnya dialog terbuka tentang seksualitas dalam keluarga sering kali mendorong Generasi Z mencari jawaban melalui media sosial, yang tidak selalu memberikan pemahaman yang tepat. Akibatnya, keputusan mereka terkait seksualitas cenderung lebih dipengaruhi oleh teman sebaya atau pasangan yang merupakan bagian signifikan dari jaringan komunikasi interpersonal mereka.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian disarankan agar individu, keluarga, akademisi, dan pemerintah lebih memperhatikan pentingnya komunikasi interpersonal dalam membentuk *self concept* Generasi Z. Individu perlu mengembangkan kemampuan komunikasi yang lebih baik untuk menyampaikan perasaan dan kebutuhan mereka dengan jelas terutama kepada orang-orang yang dianggap penting dalam hidup mereka. Dalam konteks keluarga, orang tua disarankan untuk menciptakan ruang dialog yang nyaman dan terbuka sehingga anak-anak dapat berbagi pengalaman dan bertanya tentang isu-isu sensitif tanpa rasa takut atau malu.

Bagi akademisi, penelitian ini membuka peluang untuk mengkaji lebih lanjut bagaimana komunikasi interpersonal khususnya dalam hubungan romantis dan keluarga memengaruhi keputusan dan pemaknaan diri Generasi Z terkait seksualitas. Program pendidikan seksual yang dirancang oleh pemerintah juga sebaiknya memperhatikan aspek komunikasi interpersonal dengan mengajarkan cara berkomunikasi yang sehat dan empatik tentang isu-isu sensitif baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat.

Edukasi yang baik, dukungan interpersonal yang kuat, dan komunikasi yang efektif dapat membantu Generasi Z mengembangkan *self-image* dan *self-esteem* yang positif. Dengan demikian, mereka mampu menghadapi tantangan sosial dengan percaya diri sekaligus menjadikan pengalaman hidup mereka sebagai proses pembelajaran yang konstruktif.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal

- Ainia, N. (2023). Konsep Diri dan Self Acceptance pada Perempuan (Studi Fenomenologi Pada Kampanye #ImPerfectBeauty by Elsheskin. *The Commercio*, 7, 17–27.
- Alwi, Z. R., & Fitriani, D. R. (2023). Konsep Diri Korban Kekerasan Seksual dalam Perspektif Komunikasi Intrapersonal. *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi*, 7(2), 85–96. <https://doi.org/10.51544/jlmk.v7i2.4540>
- Andani, M. T. (2023). Perempuan dalam Konsep Keperawanan: Studi Feminis Tradisi Kain Keperawanan Penukal Abab Kabupaten Muara Enim Sumatera-Selatan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1).
- Anugerah, G. W. S., & Soetjningsih, C. H. (2021). JIBK UNDIKSHA Penerimaan Diri Dengan Orientasi Masa Depan Pada Penyandang Tuna Netra Di Panti Pelayanan Sosial Disabilitas Sensorik Netra (PPSDSN) Penganthi Temanggung. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 12, 276–282. <https://doi.org/10.23887/jibk.v12i2>
- Armas, A. M., Unde, A. A., & Fatimah, J. M. (2017). Konsep Diri dan Kompetensi Diri Komunikasi Penyandang Disabilitas dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri dan Aktualisasi Diri di Dunia Kewirausahaan Kota Makassar (Self Concept and Communication Competence of People with Disability to Build Self Confidence and Self Actualisation in Entrepreneurship World of Makassar City). *Jurnal Komunikasi KAREBA*, 6(2).
- Baun, I. P., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2023). Hubungan Social Comparison Dengan Self Esteem pada Emerging Adult di Kota Kupang yang Mengakses Sosial Media. *JURNAL PSIKODIDAKTIKA*, 8(1), 377–394.
- Beebe, S. A., Beebe, S. J., Redmond, M. V., Rigolosi, S., Beebe Peggy, M., Redmond, E., & Maroney, B. (2020). *Interpersonal Communication Relating to Others NINTH EDITION Dedicated to Our Families*. <https://lcn.loc.gov/2018040071>
- Bhasin, K. (2016). *Understanding Adolescents and Sexuality*.
- Brehm, Sharon. S. (1992). *Intimate Relationship* (2nd ed.). State University of New York.
- Creswell, John. W. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design*.
- Damayanti, C. (2024). Pemaknaan Keperawanan Masa Kini. *Studia Philosophica et Theologica*, 24(1), 01–16. <https://doi.org/10.35312/spet.v24i1.531>
- Fajarina. (2020). *MODUL PSIKOLOGI KOMUNIKASI (KOM231) Konsep Diri*.
- Fakhri, N. (2017). Konsep Dasar dan Implikasi Teori Perbandingan Sosial. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 3(1), 10. <https://doi.org/10.26858/talenta.v3i1.13066>

- Farchan, A. B., & Rina, N. (2022). Motives of Teenage Girls' Premarital Sex Behavior (Phenomenological Studies Teenagers Girls in Bogor City). *MEDIALOG: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(1), 55–67.
- Gooren, J. C. W. (2014). Pre-adults' Having 'Casual' Sex with No Strings Attached? Teenage Sexual Activity and Dutch Criminal Law. *Sexuality & Culture*, 155–160. <https://hdl.handle.net/1887/37813>
- Griffin, E. (2011). *A First Look at Communication Theory*.
- Hariyanto, D. (2021). *Pengantar Ilmu Komunikasi*.
- Hastini, L. Y., Fahmi, R., Lukito, H., Program, M., Ilmu, D., & Unand, M. (2020). Apakah Pembelajaran Menggunakan Teknologi dapat Meningkatkan Literasi Manusia pada Generasi Z di Indonesia? *Jurnal Manajemen Informatika (JAMIKA)*. <https://doi.org/10.34010/jamika.v10i1>
- Jabłońska, M. R., & Zajdel, R. (2020). Artificial neural networks for predicting social comparison effects among female Instagram users. *PLOS ONE*, 15(2), 1–8. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229354>
- Juditha, C. (2020). Cybersex Behavior in Millennial Generation. *Journal Pekommas*, 5(1), 47. <https://doi.org/10.30818/jpkm.2020.2050106>
- Kinasih, R. K., & Rusdi, F. (2019). *Konstruksi Konsep Diri Sepasang Remaja dalam Film Dua Garis Biru*. 3, 447–452.
- Kurniasari, F. M., Khasanah, U., & Kalimah, S. (2019). “SEXUAL ADDICTION” SEBUAH STUDI LITERATUR PENERAPAN KONSEP DIRI ANAK JALANAN. *Seminar Nasional Inovasi dalam Penelitian Sains, Teknologi dan Humaniora-InoBali*, 334–340.
- Kuswarno, E. (2009). *Fenomenologi : Konsepsi, Pedoman, dan Contoh Penelitiannya*. Widya Padjajaran.
- Martanatasha, M., & Primadini, I. (2019). Relasi Self-Esteem dan Body Image dalam Terpaan Media Sosial Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi ULTIMACOMM*, 11(2), 158–172. <http://ejournals.umh.ac.id/index.php/FIKOM><http://ejournals.umh.ac.id/index.php/FIKOM/about>
- Moleong, L. J. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. 2019.
- Morissan. (2013). *Teori Komunikasi*. Penerbit Ghalia Indonesia.
- Pricilia, C., Yoanita, D., & Daniel Budiana. (2019). Pengaruh Bodily Shame di Instagram terhadap Konsep Diri Remaja Perempuan. *Jurnal E-Komunikasi*, 7(2).
- Putriani, L., Handayani, P. G., Kurnia, R., Putra, F. W., & Febriani, R. D. (2023). Sikap remaja gen-z berlatar budaya Minangkabau terhadap perilaku seks bebas. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(2), 1039. <https://doi.org/10.29210/1202323405>
- Rahardjo, W., Citra, A. F., Saputra, M., Damariyanti, M., Ayuningsih, A. M., & Siahay, M. M. (2017). Perilaku Seks Pranikah pada Mahasiswa: Menilik Peran Harga Diri, Komitmen

- Hubungan, dan Sikap terhadap Perilaku Seks Pranikah. *Jurnal Psikologi*, 44(2), 139–152. <https://doi.org/10.22146/jpsi.23659>
- Rakhmat, J. (2019). *Psikologi Komunikasi* (revisi). Simbiosis Rekatama Media.
- Rismayanti, R. (2021a). *Pembentukan Konsep Diri Remaja Penonton Film Dilan 1990 di Yogyakarta*.
- Rismayanti, R. (2021b). Pembentukan Konsep Diri Remaja Penonton Film Dilan 1990 di Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18(1), 105–122.
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*.
- Sam, M. M., Nurdin, M. N. H., & Piara, M. R. (2024). Hubungan antara Perbandingan Sosial dan Harga Diri Pengguna Instagram Dewasa Awal di Kota Makassar. *Jurnal Flourishing*, 4(3), 111–118. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i32024p111-118>
- Sampathirao, P. (2016). Self and Interpersonal Communication. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(5), 73–85. <http://www.ijip.in>
- Schweitzer, R. D., O'Brien, J., & Burri, A. (2015). Postcoital Dysphoria: Prevalence and Psychological Correlates. *Sexual Medicine*, 3(4), 235–243. <https://doi.org/10.1002/sm2.74>
- Seidman, I. (2006). *Interviewing as Qualitative Research*. Teachers College Press.
- Selviana, & Yulinar, S. (2022). Pengaruh Self Image dan Penerimaan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja yang Mengunggah Foto Selfie di Media Sosial Instagram. *IKRAITH-HUMANIORA*, 6(1), 37.
- Siloam Hospitals Medical Team. (2024, August 29). *Penyebab Gangguan Kepribadian Ganda dan Cara Mengatasinya*.
- Suharyanti. (2021). Kampanye Generasi Berencana (GENRE), Sikap Generasi Z di Jakarta, dan Penetrasi Media Sosial Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Studi Komunikasi Dan Media*, 25(2), 111. <https://doi.org/10.31445/jskm.2021.3762>
- Sulistyo, D., & Andini, T. (2024). *Sexuality and Teenager*. Penerbit Terang Sejati.
- Suparno, P. (2007). *Seksualitas Kaum Berjubah*. Penerbit Kanisius.
- Sutisna, C. O., Krisdinanto, N., & Revia, B. (2022). Gender Taboo di Media Sosial: Analisis Penerimaan terhadap “Perlawanan” Danilla Riyadi di Instagram dan Youtube. *Jurnal Riset Komunikasi*, 5(1), 1.
- Suwarni, L., & Arfan, I. (2015). HUBUNGAN ANTARA LOVESTYLE, SEXUAL ATTITUDES, GENDER ATTITUDE DENGAN PERILAKU SEKS PRANIKAH. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 1(1), 28–38.
- Turner, Lynn. H. (2017). *Pengantar Teori Komunikasi*. Salemba Humanika.
- Warta, Wardiati, & Andria, D. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Literasi Kesehatan Reproduksi Remaja Pada Siswi SMA Negeri 5 Simeulue Barat Kabupaten Simeulue Tahun 2022. *Journal of Health and Medical Science*, 1(2).

- Wicaksono, W. M., & Novianti, W. (2021). Komunikasi Verbal dan Non Verbal dalam Pembentukan Konsep Diri Anak Panti Asuhan Bunda Serayu. *JURNAL SIMBOLIKA: Research and Learning in Communication Study*, 7(1), 96–106.
<https://doi.org/10.31289/simbollika.v7i1.4656>
- Wijoyo, H., Indrawan, I., Cahyono, Y., Handoko, A. L., & Santamoko, R. (2020). *Generasi Z Revolusi Industri 4.0*.
- Wirman, W., Sari, G. G., Hardianti, F., & Roberto, P. (2021). Dimensi konsep diri korban cyber sexual harassment di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 9(1), 79–93.
- Yosephin, M., & Suci, E. S. T. (2020). PROSES PENERIMAAN DIRI PADA INDIVIDU DEWASA MUDA YANG MENGALAMI SURVIVOR'S GUILT AKIBAT PANDEMI COVID-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA 2022*, 11(2), 38–50.

Buku

- Beebe, S. A., Beebe, S. J., Redmond, M. V, Rigolosi, S., Beebe Peggy, M., Redmond, E., & Maroney, B. (2020). *Interpersonal Communication Relating to Others NINTH EDITION Dedicated to Our Families*.
<https://lccn.loc.gov/2018040071>
- Bhasin, K. (2016). *Understanding Adolescents and Sexuality*.
- Brehm, Sharon. S. (1992). *Intimate Relationship* (2nd ed.). State University of New York.
- Creswell, John. W. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design*.
- Fajarina. (2020). Modul Psikologi Komunikasi (KOM231) *Konsep Diri*.
- Griffin, E. (2011). *A First Look at Communication Theory*.
- Hariyanto, D. (2021). *Pengantar Ilmu Komunikasi*.
- Kuswarno, E. (2009). *Fenomenologi: Konsepsi, Pedoman, dan Contoh Penelitiannya*. Widya Padjajaran.
- Moleong, L. J. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. 2019.
- Morissan. (2013). *Teori Komunikasi*. Penerbit Ghalia Indonesia.
- Rakhmat, J. (2019). *Psikologi Komunikasi (revisi)*. Simbiosis Rekatama Media.
- Saleh, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*.

- Seidman, I. (2006). *Interviewing as Qualitative Research*. Teachers College Press.
- Sulistyo, D., & Andini, T. (2024). *Sexuality and Teenager*. Penerbit Terang Sejati.
- Suparno, P. (2007). *Seksualitas Kaum Berjubah*. Penerbit Kanisius.
- Turner, Lynn. H. (2017). *Pengantar Teori Komunikasi*. Salemba Humanika.
- Wijoyo, H., Indrawan, I., Cahyono, Y., Handoko, A. L., & Santamoko, R. (2020). *Generasi Z Revolusi Industri 4.0*.