

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data wawancara yang telah dilakukan pada wanita yang memutuskan untuk bertahan dalam *abusive dating relationship*, peneliti menemukan enam tema utama atau tema *superordinate* yang menggambarkan *psychological well-being* pada ketiga partisipan. Tema pertama yakni dinamika psikologis dalam hubungan, yang mencakup perasaan, pemikiran, serta perilaku selama menjalin hubungan. Tema kedua yaitu adanya kesulitan dalam menerima diri dan hal-hal yang dialami dalam hidupnya. Tema ketiga, adanya kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang positif. Tema keempat, adanya usaha untuk mengelola konflik dan kesulitan hidupnya. Tema kelima, berusaha untuk menjadi pribadi yang mandiri. Serta tema terakhir, adanya usaha untuk mengoptimalkan dirinya meskipun di tengah situasi penuh tekanan yang dimiliki oleh partisipan.

Melalui tema-tema di atas, peneliti menemukan bahwa *psychological well-being* pada wanita yang bertahan dalam *abusive dating relationship* ini sangat dinamis dan kompleks. Korban *abusive dating relationship* ini mengalami berbagai dinamika psikologis dinamika yang merupakan proses perubahan yang dirasakan oleh ketiga partisipan baik itu dalam bentuk perasaan/emosi, pemikiran/kognitif, serta perilaku/respon dari hubungan berpacaran yang mereka jalani. Selain itu, berbagai masalah yang terjadi di

dalam hubungan mengakibatkan korban mengalami berbagai kesulitan dalam hidupnya seperti kesulitan dalam penerimaan diri dan membangun hubungan sosial yang positif. Namun, usaha yang dilakukan oleh korban untuk terus mengelola konflik dan kehidupannya ini memunculkan evaluasi-evaluasi yang membantu menyadarkan korban dan berusaha untuk bangkit kembali memperbaiki kondisi kehidupannya. Korban berusaha untuk kembali menjadi pribadi yang lebih mandiri setelah mengalami penurunan, dan berusaha untuk mengoptimalkan dirinya meskipun sering mengalami kesulitan di tengah kondisi banyak tekanan yang dialaminya.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dipaparkan, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

5.2.1. Saran Metodologis

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti topik atau tema yang sama, disarankan untuk melibatkan lebih banyak partisipan dengan latar belakang yang lebih beragam, seperti perbedaan usia, budaya, atau durasi hubungan *abusive*. Sehingga hasil penelitian dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan luas tentang variasi pengalaman *psychological well-being* pada wanita yang bertahan dalam *abusive dating relationship*.

5.2.2. Saran Praktis

1. Bagi Wanita yang Mengalami Kekerasan Dalam Berpacaran

Berdasarkan hasil penelitian, wanita yang mengalami kekerasan dalam hubungan berpacarannya diharapkan untuk dapat mencari bantuan profesional, seperti konseling atau terapi untuk membantu menyelesaikan masalah emosional mereka terutama yang mengalami trauma berat dari kekerasan yang diterima dalam hubungannya.

2. Bagi Keluarga Korban Kekerasan Dalam Berpacaran

Bagi keluarga, hendaknya lebih peka dan peduli terhadap kondisi anggota keluarga yang mulai menjalin hubungan pacaran, terutama jika ada yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran. Keluarga diharapkan dapat menjalin hubungan yang dekat, hangat, saling berkomunikasi dan percaya dengan anggota keluarga, agar dapat membantu individu mengetahui dan menyadari bagaimana kondisi hubungan sehat yang seharusnya. Hal ini dapat mencegah individu untuk berada dalam siklus hubungan kekerasan dan berani untuk memutuskan hubungan apabila sudah tidak sehat.