

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini terkait hubungan *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult*, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult*. Hal ini menunjukkan bahwa, semakin tinggi *adverse childhood experiences* maka semakin rendah *self-esteem* pada *emerging adult*. Sebaliknya, semakin rendah *adverse childhood experiences* maka semakin tinggi *self-esteem* pada *emerging adult*.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, terdapat saran metodologis yang diusulkan oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Berdasarkan hasil uji korelasi yang didapatkan, hubungan antara variabel *adverse childhood experiences* dengan *self-esteem* pada *emerging adult* mempunyai kekuatan hubungan yang tergolong lemah. Sehingga, disarankan peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi variabel lain sebagai mediator.
2. Mengingat *adverse childhood experiences* umumnya terjadi di lingkungan keluarga, disarankan peneliti selanjutnya untuk mengumpulkan data demografi yang berkaitan dengan orang tua

dan keluarga yang berguna untuk mendukung hasil utama penelitian.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, terdapat beberapa saran praktis yang diusulkan oleh peneliti untuk penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Bagi *emerging adult* disarankan untuk terus meningkatkan *self-esteem* dengan mengembangkan kesadaran diri terhadap dampak ACEs, membangun hubungan sosial yang suportif, mengikuti kegiatan yang dapat meningkatkan rasa kompeten dan penerimaan diri, serta menerapkan strategi coping yang adaptif dalam menghadapi stres.
2. Kedekatan dengan ayah berdampak terhadap *self-esteem* anak, sehingga para ayah disarankan untuk meningkatkan kualitas hubungan dengan anak, tidak hanya dari segi pemenuhan materi, tetapi juga melalui kehadiran emosional.
3. *Emerging adult* yang akan menjadi calon orang tua dan memiliki riwayat kekerasan di masa lalunya disarankan untuk mencari dukungan sosial dan berkonsultasi dengan profesional. Hal ini bertujuan untuk memutus rantai trauma dan mencegah terjadinya ACEs pada generasi berikutnya.