BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, terdapat beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Subyek mengalami situasi *adverse* yang memberi tekanan secara psikologis akan tetapi Subyek mampu mengatasi situasi tersebut karena memiliki derajat resiliensi yang tergolong tinggi.
2. *Social competence, Problem solving skills, Autonomy,* dan *Sense of Purpose and Bright Future* yang dimiliki Subyek masih berfungsi dengan baik.
3. *Family protective factors* memiliki kontribusi besar dalam memperkuat resiliensi yang dimiliki Subyek. *Community protective factors* memiliki kontribusi yang cukup dalam memperkuat resiliensi yang dimiliki Subyek.
4. Aspek yang paling menonjol dari Subyek adalah *Problem solving skills* yang tergambar dari kemampuan Subyek menganalisa penyebab KDRT (*critical thinking and insight*) yang baik, kemampuan Subyek membuat perencanaan untuk masa depan (*planning*) yang baik, kemampuan Subyek melihat alternative jalan keluar (*flexibility*) yang baik, dan juga kemampuan Subyek mengenali sumber eksternal yang membuat ia bertahan (*resourcefulness*).
5. Aspek berikutnya yang memiliki peran cukup kuat dalam pembentukan resiliensi Subyek adalah *Sense of purpose and bright future,* yang tergambar dari kemampuan Subyek dalam hal religiusitas (*faith, spirituality, and sense of*

meaning) yang baik, kemampuan Subyek untuk memiliki harapan dan keyakinan atas pencapaian harapan (*optimism and hope*) yang positif, kemampuan Subyek untuk menetapkan apa yang menjadi tujuan akhir (*goal direction*) yang baik, dan kemampuan Subyek untuk mengaktualisasikan dirinya melalui minat khusus (*special interest and creativity*) yang sebaiknya dikembangkan.

6. Aspek berikutnya adalah *social competence*. Yang paling menonjol dari aspek ini adalah kemampuan Subyek dalam memahami perasaan orang lain (*empathy*) yang kemudian memunculkan kemampuan Subyek untuk membantu orang lain yang membutuhkan (*altruism*). Subyek pun memiliki kemampuan untuk memaafkan dirinya dan orang lain (*forgiveness*) yang baik. Kemampuan Subyek dalam berkomunikasi sosial (*communication*) dan memunculkan respon positif dari orang lain (*responsiveness*) yang baik.
7. Aspek terakhir yang memiliki peranan dalam terbentuknya resiliensi Subyek adalah *autonomy*. Yang paling menonjol dari aspek ini adalah kemampuan Subyek mengobservasi pikiran dan perasaannya (*self-awareness*) yang baik. Kemampuan lainnya adalah kemampuan Subyek untuk menjaga jarak dan menolak informasi-informasi negatif mengenai dirinya (*adaptive distancing and resistence*) yang tergolong baik yang kemudian memunculkan kemampuan memandang positif terhadap diri Subyek (*positive identity*) yang cukup baik, lalu kemampuan Subyek untuk merasa yakin bahwa ia mampu melakukan sesuatu (*self-efficacy*) yang tergolong baik, selanjutnya adalah kemampuan Subyek (*internal locus of control*), dan yang terakhir adalah

kemampuan Subyek untuk mengubah situasi marah menjadi situasi yang bisa membuatnya tertawa (*humor*) yang tergolong baik.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas dan dengan menyadari adanya keterbatasan pada hasil penelitian yang telah diperoleh, maka peneliti merasa perlu untuk mengajukan beberapa saran, yaitu:

5.2.1 Saran Teoretis

1. Perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan variabel yang sama secara lebih mendalam.
2. Mengingat penelitian ini hanya dilakukan pada subyek dewasa awal, perlu dipertimbangkan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan mengambil subyek penelitian dari rentang usia perkembangan yang lain agar diketahui apakah terdapat dinamika resiliensi yang berbeda.

5.2.2 Saran Praktis

1. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan refleksi bagi Subyek mengenai resiliensi yang ia miliki. Bagaimana cara ia mempertahankan aspek yang positif yang ia miliki (*Problem solving skills* dan *Sense of purpose and bright future*) dan bagaimana cara mengembangkan aspek resiliensi yang masih kurang (*Social competence* dan *Autonomy*).

2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referrensi bagi kalangan akademisi yang tertarik dan ingin mengetahui informasi mengenai pentingnya resiliensi bagi wanita korban KDRT dan bagaimana cara untuk mengembangkan resiliensi.
3. Melalui Yayasan atau Lembaga tertentu yang *concern* pada permasalahan KDRT, penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi wanita korban KDRT agar mampu mengembangkan resiliensi yang mereka miliki.