

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan tingkat resiliensi pada mahasiswa yang menjadi korban kekerasan fisik dalam pacaran. Di antara ketiga dimensi dukungan sosial, dukungan dari keluarga terbukti memberikan pengaruh paling besar terhadap peningkatan resiliensi, diikuti oleh dukungan dari teman, sedangkan kontribusi terendah berasal dari *significant others*. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial, terutama yang berasal dari keluarga, maka semakin besar pula kemampuan individu untuk pulih dan bertahan dari pengalaman kekerasan. Meskipun demikian, hasil analisis juga mengindikasikan bahwa resiliensi tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh dukungan sosial, melainkan juga oleh faktor lain seperti strategi coping, sifat kepribadian, dan pengalaman traumatis di masa lalu. Oleh karena itu, penting bagi penelitian selanjutnya untuk mendalami lebih jauh berbagai variabel lain yang turut membentuk ketahanan psikologis individu.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran yaitu:

1. Bagi Responden Penelitian

Diharapkan para responden, khususnya mahasiswa yang menjadi korban kekerasan fisik dalam hubungan pacaran, dapat lebih menyadari pentingnya keberadaan dukungan sosial dalam proses pemulihan psikologis. Meskipun sebagian besar responden telah menunjukkan tingkat resiliensi dan dukungan sosial dalam kategori sedang, peningkatan kualitas dukungan dari lingkungan sekitar tetap dibutuhkan agar proses adaptasi dan pemulihan dapat berlangsung secara lebih optimal. Selain itu, penting bagi korban untuk tidak memendam pengalaman kekerasan yang dialami, dan mulai membuka diri terhadap lingkungan yang aman dan suportif guna memperkuat daya tahan psikologis serta menghindari dampak negatif jangka panjang.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas ruang lingkup penelitian, baik dari segi metode maupun variabel yang digunakan. Pendekatan kualitatif atau *mixed methods* dapat menjadi alternatif untuk menggali lebih dalam pengalaman dan dinamika psikologis korban kekerasan dalam pacaran. Kemudian dapat ditambahkan terkait kriteria responden yang menjadi korban kekerasan, dijelaskan terkait jangka waktu mengalami kekerasannya. Selain itu, apabila ingin meneliti hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi, disarankan agar variabel dukungan sosial dibedah secara lebih spesifik, misalnya hanya meneliti dukungan keluarga, dukungan teman, atau dukungan dari pihak tertentu secara terpisah. Terakhir diharapkan untuk penelitian

selanjutnya dapat memperjelas kembali terkait jangka waktu atau rentang waktu korban mengalami kekerasan, karena itu dapat menjadi tingkat perbedaan korban terhadap persepsi dan trauma yang diterima

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA