

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self esteem* dengan resiliensi pada remaja dari keluarga *broken home*. Artinya semakin tinggi *self esteem* pada diri individu maka akan semakin tinggi pula resiliensi yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah *self esteem* yang dimiliki oleh individu maka akan semakin rendah pula resiliensi yang dimiliki remaja dari keluarga *broken home*.

Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja dari keluarga *broken home* yang memiliki *self esteem* yang tinggi juga memiliki aspek-aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatee (2002) yaitu kekuatan dalam dirinya, berarti bagi orang disekitarnya terutama keluarganya, memiliki nilai kebajikan dan juga memiliki kemampuan untuk dapat menghadapi berbagai rintangan. Individu tersebut juga akan memiliki resiliensi yang tinggi yaitu memiliki regulasi emosi yang baik, mampu mengendalikan dorongan atau impuls, bersikap optimis, mampu menganalisis permasalahan, memiliki rasa empati, memiliki efikasi diri yang baik, dan juga mampu melihat dan memaknai nilai-nilai lebih positif. Remaja *broken home* yang memiliki *self esteem* juga resiliensi yang tinggi akan lebih mudah dalam menerima dan beradaptasi dengan keadaan yang berat terutama keadaan keluarganya, remaja juga mampu memaknai permasalahan tersebut dengan lebih positif sehingga remaja akan tetap menghargai dirinya sendiri dan juga keluarga disekitarnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi subjek

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya *self esteem* mempengaruhi resiliensi pada remaja dari keluarga *broken home*. Maka dari itu diharapkan agar remaja dari keluarga *broken home* dapat meningkatkan resiliensi dalam dirinya, karena pentingnya untuk tetap bangkit walau menghadapi permasalahan yang berat. Hal tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan juga *self esteem* dan memperhatikan aspek-aspek dari *self esteem* tersebut yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan dan juga kemampuan kemudian menerapkannya dalam kehidupan individu. Semakin tinggi *self esteem* dalam diri individu maka akan semakin tinggi juga resiliensi yang dimilikinya. Resiliensi yaitu kekuatan individu untuk bangkit kembali dan beradaptasi dari keterpurukan. Sehingga meskipun memiliki permasalahan keluarga tetap dapat menjalani hidup dan memandang positif terhadap kehidupan tersebut.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini *self esteem* memberikan sumbangsih sebesar 41,9% sehingga diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi lainnya karena berdasarkan penelitian masih terdapat 51,8% faktor lainnya yang dapat mempengaruhi resiliensi. Adapun faktor tersebut adalah dukungan sosial (*social support*), spiritualitas (*spirituality*) dan emosi positif. Berdasarkan faktor-faktor tersebut maka peneliti akan mendapatkan ilmu

baru terkait variabel apa saja yang dapat mempengaruhi resiliensi. Serta bagi peneliti selanjutnya dapat mencermati aspek-aspek terkait resiliensi dengan menggunakan teori lain dengan permasalahan yang berbeda.