

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa pengambilan keputusan untuk bercerai disebabkan adanya pemikiran bahwa bercerai adalah jalan terbaik untuk terbebas dari jerat siksaan psikis maupun fisik. Setelah mengambil keputusan akhirnya berujung pada tindakan untuk bercerai yang dilakukan. Penurunan kondisi kualitas hidup juga dialami oleh partisipan pada kondisi fisik dimana ketiga partisipan merasa menjadi lebih rentan sakit seperti demam, sakit kepala dan maag yang disebabkan oleh beban pikiran dan makan yang tidak teratur.

Setelah bercerai muncul kondisi penurunan kondisi kualitas hidup pada kondisi psikologis yang buruk akibat kekerasan dalam rumah tangga. Pada kedekatan spiritual dua dari tiga partisipan merasa jauh dengan Tuhan sehingga menyebabkan partisipan jarang beribadah dan meragukan jalan Tuhan. Namun terdapat juga hubungan yang baik dengan Tuhan dari satu partisipan dan bersyukur atas kehidupannya saat ini. Setelah bercerai muncul pemikiran bahwa setelah bercerai penghasilan itu penting. Setelah bekerja ternyata terdapat manfaat yang positif dimana partisipan merasa terdapat peningkatan pada finansial dan hubungan sosial.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Saran untuk partisipan yang bercerai karena kekerasan dalam rumah tangga:

Menjadi wanita yang telah bercerai bukanlah hal yang buruk terlebih jika pernikahan yang seharusnya bahagia malah membuat pilu dimana pasangan yang seharusnya dapat melindungi dari segala mara bahaya malah melakukan KDRT. Mulailah menjadi wanita yang berdaya dimana wanita yang telah bercerai terutama karena kekerasan dalam rumah tangga dapat menentukan skala prioritas seperti prioritas pada pekerjaan, anak dan lain sebagainya. Berusaha tidak mendengarkan pandangan negatif tentang wanita yang telah bercerai. Mulai untuk menerima diri dan memaafkan diri dan minimalisir pikiran-pikiran yang berat mengenai masa depan. Mulailah menjalani hidup yang di inginkan dan menjaga kesehatan.

2. Saran untuk keluarga :

Lebih bisa mendengarkan apa yang menjadi masalah atau tekanan yang dirasakan penyintas KDRT. Mengajak penyintas KDRT untuk bepergian guna meringankan tekanan stres atau perasaan sedih yang dialami setelah bercerai karena KDRT.

3. Saran untuk lingkungan:

Lingkungan sekitar dari wanita yang telah bercerai untuk saling memahami dan memberikan dukungan positif.

4. Saran untuk peneliti selanjutnya:

Peneliti selanjutnya dapat menambahkan atau mencari faktor yang mempengaruhi kualitas hidup, manfaat kualitas hidup dan dampak dari kualitas hidup yang buruk pada wanita yang bercerai karena kekerasan dalam rumah tangga.

5. Kelemahan Penelitian:

Penelitian ini memiliki kelemahan yakni wawancara dilakukan secara *online* (wawancara dengan menggunakan *video call*) sehingga peneliti tidak dapat melakukan observasi secara langsung.