

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penelitian ini mengidentifikasi lima tema utama yaitu latar belakang partisipan mengalami kekerasan emosional, interaksi sosial, regulasi emosi, perkembangan diri dan penerimaan diri saat ini. Dari hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa saat mengalami kekerasan emosional dari orangtua berupa dimarahi, merendahkan, membandingkan anak, menuntut anak untuk melakukan kemauan orangtua dan memberikan hukuman jika anak tidak memenuhi kebutuhan orangtua. Maka dapat dikatakan keempat partisipan mendapatkan afek negatif pada saat mendapatkan kekerasan emosional dari orangtua. Sehingga membuat keempat partisipan merasa masih belum mendapatkan *subjective well being* yang baik pada dirinya. Hal tersebut karena keempat partisipan merasakan kecewa, sedih, marah, kesal, tidak percaya diri, merokok, tidak produktif lagi dan emosi tidak stabil.

Ada tiga aspek yang ingin dilihat yaitu kepuasan hidup, afek positif dan afek negatif. Ada tiga partisipan memiliki kepuasan hidup dalam berinteraksi sosial dan mendapatkan afek positif dengan lingkungan, pertemanan dan keluarga. Sedangkan ada satu partisipan tidak mendapatkan kepuasan dalam berinteraksi sosial dan mendapatkan afek negatif di lingkungan pertemanan dan tempat tinggal. Dalam hal meregulasi emosi, perkembangan diri dan penerimaan diri ada tiga partisipan sudah cukup sering mendapatkan kepuasan hidup dan afek positif dengan kehidupan saat

ini. Namun ada satu partisipan cukup sering mendapatkan afek negatif dalam meregulasi emosi, perkembangan diri dan penerimaan diri. Ada satu partisipan merasa masih belum merasakan adanya perubahan yang terjadi dalam dirinya pada saat ini atau bisa dikatakan *subjective well being* partisipan kurang baik.

Adapun afek positif dan kepuasan hidup yang di alami dari keempat partisipan setelah mendapatkan kekerasan emosional dari orangtua yaitu berbeda-beda. Dari keempat partisipan ada dua partisipan yang sudah mendapatkan kepuasan hidup dan afek positif dalam kehidupan sekarang atau bisa dikatakan sudah mendapatkan *subjective well being* yang baik dan sudah berdamai dengan keadaan dan sudah menerima keadaan yang telah dilalui. Namun ada dua partisipan lagi yang belum mendapatkan afek positif dan kepuasan hidup karena masih belum merasakan kebahagiaan dalam hidupnya atau bisa dikatakan belum mendapatkan *subjective well being* yang baik karena masih mendapatkan kekerasan emosional dari orangtua namun maka belum sepenuhnya mendapatkan kebahagiaan.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran yaitu :

1. Bagi partisipan, peneliti berharap yang pernah mengalami kekerasan emosional dari orangtua dan masih memiliki *subjective well being* yang belum tepenuhi untuk selalu mencoba memenuhi kebutuhan *subjective well being* dengan baik dan dapat menjalani kehidupan dengan baik di masa kini dan kedepannya.