

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa seorang individu memiliki kehidupan yang berkualitas apabila pencapaian dalam kehidupannya sesuai dengan keinginan atau standar hidup tiap individu itu sendiri. Dengan kata lain, kualitas hidup tiap partisipan berbeda sesuai dengan persepsi masing-masing partisipan. Kedua partisipan memiliki tingkat kualitas hidup yang berbeda. Pada remaja yang telah mengalami KDRT yang dilakukan oleh ayah kandungnya sendiri mempengaruhi segala aspek dikehidupannya. Tekanan dari pelaku membuat korban remaja tersebut menjadi stres dan memiliki perasaan trauma terhadap hal-hal yang berkaitan dengan perlakuan pelaku KDRT dimana aspek psikologis seorang remaja menjadi terganggu. Stres yang dirasakan seorang remaja korban KDRT dapat mempengaruhi pola makan dan pola tidurnya sehingga kesehatan fisik dari remaja tersebut menjadi menurun. Bukan hanya itu saja, akibat lain yang dirasakan adalah perasaan trauma yang mempengaruhi kehidupan sosialnya. Korban menjadi takut dan tidak percaya diri di hadapan orang lain hingga memiliki ketakutan yang berlebih bila bertemu individu lain yang merefleksikan ciri-ciri fisik pelaku. Lingkungan keluarga yang mengalami KDRT tentu bukanlah lingkungan yang berkualitas dan hal ini juga mempengaruhi kualitas remaja tersebut. Akan tetapi, seorang remaja korban KDRT lebih bisa menerima apa yang telah didapatkan bila mendapat dorongan dari orang terdekatnya agar bisa lebih memahami dan memaafkan pelaku. Selain itu, perubahan sikap dari pelaku yang sebelumnya kasar menjadi lebih lembut dan sabar dapat meningkatkan kualitas hidup seorang remaja yang menjadi korban KDRT secara perlahan.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan kepada partisipan berdasar hasil penelitian adalah diharapkan partisipan mampu mengendalikan emosi dan menjalin hubungan baik dengan orang lain. Hal ini perlu dilakukan agar kecenderungan untuk melakukan kekerasan dapat ditekan dan partisipan dapat merasakan kasih sayang dari orang lain dengan menjalin hubungan baik dengan banyak orang di sekitarnya. Selain itu partisipan diharapkan mampu menggali potensi yang ada pada dirinya dan mencari aktivitas positif yang dapat membuat suasana hati menjadi bahagia. Dengan melampiaskan emosi pada kegiatan-kegiatan positif yang menyenangkan, partisipan akan mendapatkan kebahagiaan yang berujung pada rasa syukur.

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan, saran juga diberikan untuk penelitian selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian mengenai kualitas hidup remaja karena masih jarang penelitian yang membahas mengenai permasalahan ini. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat membahas lebih dalam tentang faktor-faktor yang dapat menimbulkan KDRT yang dapat mempengaruhi kualitas hidup.