

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara strategi koping berfokus pada emosi dengan pemaafan pada korban kekerasan verbal, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara strategi koping berfokus pada emosi dengan pemaafan pada korban kekerasan verbal. Semakin tinggi strategi koping berfokus emosi maka semakin tinggi pemaafan, sebaliknya semakin rendah strategi koping berfokus pada emosi maka semakin rendah pemaafan yang dialami pada korban kekerasan verbal. Korban kekerasan verbal dengan strategi koping berfokus pada emosi yang tinggi diasumsikan lebih dapat individu melihat sisi baik atau positif dari suatu peristiwa tertentu atau mencoba untuk melupakan sesuatu hal yang berkaitan dengan keadaan yang telah menekan emosi dirinya dan dapat membantu korban kekerasan verbal mengenali, memahami, dan menyadari bahwa dalam memaafkan seseorang, individu harus menghadapi situasi atau kondisi dari permasalahan atau peristiwa yang muncul dengan respon emosional yang baik dan tenang. Sebaliknya, korban kekerasan verbal dengan strategi koping berfokus pada emosi yang rendah akan merasa tidak tenang dalam menghadapi masalah dan selalu merasa terbebani ketika masalah muncul yang dapat mengakibatkan rendahnya pemaafan dalam diri individu.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian yang telah diuraikan, peneliti menyadari bahwa peneliti masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Saran untuk para korban kekerasan verbal agar senantiasa tetap mempertahankan dan meningkatkan strategi koping berfokus pada emosi yang dimiliki dengan cara menerima keadaan, pengendalian diri yang baik, dan penilaian secara positif terhadap masalah yang muncul dalam kehidupan agar mudah memaafkan segala hal yang terjadi bagi korban kekerasan verbal.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, pemaafan pada subjek masih tergolong normal hingga cenderung tinggi yang berarti memungkinkan bahasa yang digunakan dalam skala masih cenderung normatif, sehingga menyebabkan hasil penelitian yang kurang sesuai dengan hasil survei awal. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mempertimbangkan serta menyesuaikan Bahasa yang digunakan sesuai dengan subjek serta kegunaan penelitian. Variabel strategi koping berfokus pada emosi dalam penelitian ini memberikan sumbangan terhadap pemaafan sebesar 61% dan sisanya sebesar 39% dipengaruhi oleh faktor lain. Oleh sebab itu, untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti pemaafan dapat mencari dan mempertimbangkan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti empati, spiritualitas dan religiusitas, kepribadian, maupun variabel dalam diri (usia,

jenis kelamin, pendidikan, dan lain-lain) maupun evaluasi terhadap pengalaman hidup.