

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai relasi interpersonal pada mahasiswa yang telah mengalami kegagalan dalam berpacaran, diketahui bahwa keempat partisipan memiliki gambaran relasi interpersonal yang berbeda-beda setelah mengalami kegagalan dalam berpacaran. Pada partisipan Gwl yang merupakan individu periang dan terbuka sebelum mengalami kegagalan berubah menjadi tertutup dan bersikap hati-hati dalam menjalin relasi interpersonal, terutama dengan lawan jenis setelah mengalami kegagalan dalam berpacaran.

Partisipan A yang sering beraktivitas bersama teman-teman pun mengalami hal serupa. Sikap diam dan muncul perasaan malas untuk berelasi interpersonal timbul setelah mengalami kegagalan dalam berpacaran. Sedangkan pada partisipan Ry dan Chy, perasaan sedih, sakit, marah dan galau bercampur-aduk menjadi satu, hingga menimbulkan kekhawatiran untuk kembali menjalin relasi interpersonal. Meskipun demikian buruknya relasi interpersonal keempat partisipan setelah mengalami kegagalan dalam berpacaran, namun pola relasi interpersonal yang nampak pada keempat partisipan cenderung positif setelah melalui fase-fase kegagalan dalam berpacaran selama masa adaptasi tertentu.

Pada partisipan Gwl dengan masa adaptasi selama satu tahun dibarengi usaha melatih kemampuan berelasi interpersonal, telah kembali mampu untuk memahami karakter individu lain, menciptakan kehidupan positif, dan mampu

memahami kekuatan individu lain selama menjalin relasi interpersonal kepada kenalan, teman, dan akademisi di perkuliahan.

Demikian halnya dengan partisipan A dan Ry yang masing-masing telah melalui masa adaptasi selama empat dan tiga tahun. Kemampuan untuk memahami karakter individu lain, menciptakan kehidupan positif, memahami kekuatan, mengembangkan komunikasi empati, dan kemampuan memberi pujian yang tepat sama-sama telah mampu dilakukan ketika menjalin relasi interpersonal dengan kenalan, teman, sahabat dan akademisi di perkuliahan. Keterbukaan, kedekatan, keakraban, kedalaman pengungkapan informasi, serta keterlibatan partisipan A dan Ry dalam aktivitas bersama kenalan, teman dan akademisi di perkuliahan adalah kemampuan yang ditampakkan setelah beradaptasi dari kegagalan yang pernah dialami partisipan A dan Ry.

Kemudian pada partisipan Chy, dua tahun beradaptasi membuat kemampuan untuk memahami karakter individu lain, menciptakan kehidupan positif, memahami kekuatan, dan kemampuan untuk memberikan pujian yang tepat selama interaksi dapat kembali muncul melalui sikap terbuka, sikap suportif, kepercayaan diri, kesediaan untuk beraktivitas bersama dan kembali menjalin relasi interpersonal terhadap lawan jenis, meskipun sebelumnya partisipan Chy mengalami keterpurukan.

Keterpurukan yang juga dialami oleh partisipan Gwl, A, dan Ry memunculkan tahap perusakan ketika keempat partisipan berelasi dengan kenalan, teman, dan akademisi. Meskipun demikian, dikarenakan adanya penerimaan dan respon positif dari individu lain (kenalan teman dan akademisi di perkuliahan),

serta adanya keinginan dan perubahan persepsi menjadi lebih positif dari partisipan menimbulkan kenyamanan serta pengalaman positif selama menjalin relasi. Hal ini pula yang membuat keempat partisipan berusaha menyesuaikan diri dari kondisi *stressful* menuju kondisi adaptasi hingga bersedia untuk menjalin relasi secara terbuka, diiringi sikap percaya dan suportif ketika beraktivitas bersama dengan individu lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Untuk partisipan, disarankan untuk lebih mengasah kemampuan relasi interpersonal sehingga dapat memiliki pola perilaku relasi interpersonal yang lebih positif dibandingkan dengan kecenderungan pola yang sudah ada.
2. Untuk individu yang tengah mengalami kegagalan dalam berpacaran dan mengalami keterpurukan, peneliti sarankan untuk bercermin dari perilaku partisipan yang tetap berusaha menjalin relasi interpersonal meski sama-sama mengalami kegagalan dalam berpacaran. Hal tersebut perlu dilakukan demi memenuhi kebutuhan pribadi, dan memahami perasaan, keinginan serta kebutuhan individu lain ketika beraktivitas di lingkup akademis dan masyarakat sekitar.
3. Untuk pengampu kepentingan, diharapkan dapat memahami gambaran perilaku relasi interpersonal yang telah peneliti jabarkan,

agar nantinya dapat digunakan sebagai bahan penasehatan bagi klien dengan masalah serupa.

4. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan untuk menggunakan koding yang lebih lengkap (berupa *open coding*, *axial coding*, dan *selective coding*) dibandingkan dengan koding yang digunakan oleh peneliti untuk menganalisis data serinci mungkin. Diharapkan pula untuk meneliti lebih mendalam mengenai strategi koping maupun resiliensi pada individu yang mengalami kegagalan dalam berpacaran sehingga dapat kembali berperilaku adaptif dan mampu menjalin relasi interpersonal terhadap individu lain. Hal ini dikarenakan keterbatasan peneliti yang hanya meneliti gambaran relasi interpersonal pada partisipan gagal dalam berpacaran. Penelitian ini juga hanya berfokus pada satu kasus berupa kegagalan dalam berpacaran pada individu “terdidik” dengan tingkat ekonomi menengah, maka menurut peneliti bahwa cukup menarik untuk meneliti gambaran relasi interpersonal individu gagal dalam berpacaran yang ditinjau dari tingkat pendidikan, ekonomi, sosial-budaya dan lain sebagainya guna memerkaya ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi sosial terkait relasi interpersonal ketika mengalami kegagalan dalam berpacaran.