

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini yang berjudul “Gmbaran Kondisi Psikologis Dewasa Awal yang Pernah Mengalami Kekerasan Keluarga pada Masa Kanak-Kanak” mengungkap makna mendalam dari perjalanan psikologis individu dalam menghadapi trauma masa kecil. Adanya rasa takut, ketidakamanan, dan keraguan akan nilai diri menunjukkan keadaan psikologis dewasa awal yang bermasalah. Gangguan psikologis yang signifikan tercemin pada kondisi sulitnya membangun hubungan romantis, pengelolaan emosi yang buruk, dan adanya kecenderungan pemulihan melalui tenaga profesioanl. Penelitian ini menegaskan bahwa pengalaman kekerasan pada masa kanak-kanak memiliki dampak panjang terhadap kesejahteraan psikologis dewasa awal.

Namun, penelitian ini belum sepenuhnya mengintegrasikan faktor kontekstual dari kondisi orang tua dan lingkungan sosoal seperti status soisal ekonomi dan kejadian dari prespektif orang tua. Hal ini dapat membatasi pemahaman bagaimana variabel-variabel tersebut mempengaruhi psikologis dewasa awal. Kekurangan ini menunjukkan perlunya penelitian dengan metode triangulasi yang lebih kuat dan eksplorasi mendalan terhadap faktor kontekstual untuk memperkaya temuan-temuan yang didapatkan. . Lebih lanjut penelitian ini juga memungkinkan peneliti memahami dunia dari sudut pandang dewasa awal yang pernah mengalami kekerasan pada masa kanak-kanak, bukan sekedar fakta namun makna yang diberikan terhadap setiap luka, ikatan, dan harapan.

B. Saran

1. Bagi Partisipan

Partisipan diharapkan dapat terus memanfaatkan dukungan sosial dari lingkungan pertemanan supaya dapat mengekspresikan dan meningkatkan kemampuan dalam mengontrol emosi. Sf, DA, dan WT diharapkan dapat mengikuti pelatihan emosional yang dapat membantu pengelolaan dampak trauma dengan cara yang sesuai.

2. Bagi Keluarga

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan dengan membangun komunikasi yang terbuka dan suportif terhadap satu sama lain. Selain itu bagi keluarga diharapkan dapat memahami efek jangka panjang kekerasan masa kecil dan terus mendukung proses pemulihan anggota keluarga.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan dengan mengeksplorasi efektifitas pemulihan berdasarkan dukungan sosial dan pelatihan emosi untuk mendalami faktor pendukung psikologis.