

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat di ketahui bahwa setelah mengalami pelecehan seksual kedua subjek memiliki trauma psikologis yang tersimpan dalam memorinya sehingga apabila ada peristiwa atau pembahasan mengenai pelecehan seksual memunculkan ingatan dan emosi tersendiri pada kedua subjek. Kedua subjek memilih untuk bangkit dari masa terpuruknya. Subjek LI yang terus beradaptasi dengan lingkungan baru dan memilih fokus terhadap pendidikannya, dan subjek YR memilih untuk fokus mengembangkan keahliannya dan mengeksplorasi pengetahuannya.

Adapun aspek-aspek resiliensi dapat dilihat dari sikap optimis kedua subjek mengenai masa depan, dan pandangan positif terhadap kehidupan, kemudian kepedulian dan empati subjek terhadap keluarga dan orang sekitar, dan aspek *reaching out* di lihat dari keinginan dan ketekunan untuk mencapai tujuan dari masing-masing subjek. Dalam meregulasi emosi dan *impuls control* adanya perubahan sikap menjadi lebih tenang dan usaha untuk tidak melakukan *self-harm*. Kedua subjek melakukan *causal analysis* mengenai pelecehan yang dialami kemudian *self-efficacy* dapat dilihat dari keyakinan yang dimiliki subjek terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki oleh kedua subjek.

Seluruh usaha subjek yang dilakukan sampai berada pada tahap ini mengartikan bahwa subjek merupakan pribadi yang resilien. Setiap subjek memiliki aspek resiliensi yang lebih menonjol, seperti pada subjek LI aspek yang menonjol adalah sikap optimis, dan *reaching out*. Aspek optimis dan *reaching out* pada subjek LI dapat dilihat dari cara pandang subjek yang membahas mengenai karir dan usaha subjek untuk mencapai hal tersebut, kemudian ketekunan subjek untuk menyelesaikan pendidikannya walaupun subjek mengalami perundungan.

Adapun aspek yang menonjol pada subjek YR adalah *self-efficacy*, empati, dan Regulasi emosi subjek. Hal ini dapat dilihat dari keyakinan yang dimiliki subjek terhadap kemampuan dan keterampilannya, kemudian keinginan subjek. Empati yang dimiliki subjek terlihat dari usaha subjek membantu korban pelecehan seksual untuk

dapat bangkit dari masa terpuruknya, kemudian dalam meregulasi emosi subjek terlihat begitu tenang dalam menghadapi berbagai macam persoalan yang dihadapinya.

5.2. Saran

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih banyak kekurangan, sehingga Adapun saran yang dapat peneliti berikan adalah:

5.2.1. Saran Praktis

Saran yang peneliti berikan untuk subjek, mungkin penelitian ini tidak dapat membantu subjek untuk merasa lebih baik. Namun alih-alih menyimpan luka, peneliti menyarankan subjek untuk mendatangi tenaga ahli dan membantu proses pemulihan yang tepat. Kemudian, lebih berhati-hati dalam mencari pasangan dan teman sehingga proses pemulihan dan pengembangan diri pada subjek dapat berjalan dengan lebih baik.

5.2.2. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya, untuk dapat meneliti resiliensi dengan lebih detail dan lebih mendalam, melihat bahwa di dalam resiliensi terdapat banyak hal yang menarik untuk diteliti seperti sumber dan fungsi resiliensi. Dengan begitu, hasil yang diperoleh dapat digunakan sebagai data pengetahuan dan pengembangan serta dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yang ingin mengetahui mengenai resiliensi.