

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga subjek memiliki gambaran kesejahteraan psikologis yang berbeda. H menonjol dalam dimensi penerimaan diri. H dan F mampu berhubungan positif dengan orang lain, sedangkan A kurang mampu membangun kepercayaan terhadap orang lain. H dan A mampu bertindak mandiri, sedangkan F masih membutuhkan penilaian orang lain untuk memutuskan hal penting. Dalam dimensi pertumbuhan pribadi, H dan A mengalami peningkatan kualitas hidup yang lebih baik sedangkan F merasakan peningkatan yang disertai dengan munculnya perasaan yang lebih sensitif. Dalam tujuan hidup, semua subjek berfokus pada kebahagiaan dan anak-anak. Ketiga subjek mampu menguasai lingkungan dengan mengendalikan dan memilih situasi yang sesuai dan bermanfaat bagi mereka.

Selain itu, kesejahteraan psikologis yang dirasakan oleh ketiga subjek juga dipengaruhi oleh pemulihan diri (*healing*) yang dilakukan setelah berpisah dengan pelaku, rasa bersyukur, usia, dan dukungan sosial.

B. SARAN

Berdasarkan proses dan hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat hal-hal yang disarankan kepada beberapa pihak terkait dengan kesejahteraan psikologis perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga, yaitu:

1. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian mengenai kesejahteraan psikologis disarankan untuk menggali lebih dalam proses pemulihan diri (*healing*) perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga dan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis korban. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menambah referensi, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data (melalui *significant other*) sehingga dapat menggali informasi yang lebih dalam.