

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Gambaran dari *resiliensi* mahasiswa korban *toxic relationship* yaitu berupa tekanan yang mereka alami saat berada dalam hubungan yang *toxic*, kehilangan minat untuk membangun dengan lingkungan sosial dan sulit untuk beraktifitas, kehilangan minat belajar saat dalam perkuliahan hal itu disebabkan tekanan dalam hubungan yang *toxic*. Tanda-tanda *toxic relationship* dan juga faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *toxic relationship* salah satunya disebabkan oleh rasa ketidakpercayaan dalam suatu hubungan, karena kurangnya rasa percaya diri dalam diri pasangan dan menimbulkan rasa cemburu dan *posesif* saat 3 orang mahasiswa ini melakukan aktivitas atau kegiatan yang ada dalam lingkungan perkuliahan maupun lainnya dari situlah terjadinya kekerasan baik fisik maupun verbal.

Dalam keterangan subjek dalam penelitian ini mantan pasangan mereka yang *toxic* mempunyai alasan yang berbeda-beda untuk membela diri mereka yaitu yang pertama dia melakukan hal tersebut dikarenakan pernah mengalami diselingkuhi, yang kedua latar belakang keluarga yang *broken home* mengakibatkan dia menjadi suka melarang atau *posesif*. Dikarenakan rasa takut akan kehilangan dan menjadi *posesif* juga, dan yang ketiga yaitu berdasarkan keterangan subjek bahwa mantannya melakukan tindakan *toxic* yaitu dikarenakan

pergaulan dari mantan pasangannya ternyata juga pernah menjalin hubungan yang *toxic*.

Upaya dalam membangun *resiliensi* ketiga mahasiswa ini membutuhkan waktu sehingga bisa berdamai dengan diri mereka masing-masing. Yaitu dengan kembali memikirkan motivasi untuk melanjutkan perjalanan hidup dalam menggapai cita-cita, adapula awal dalam membangun resiliensi yaitu dengan dukungan keluarga sehingga tumbuhnya semangat dalam menjalani hidup.

B. Saran

Dari hasil kesimpulan yang peneliti paparkan diatas, peneliti ingin memberikan masukan dan saran kepada mahasiswa

1. Mahasiswa

Dari penelitian ini yaitu *toxic relationship* ini, seharusnya mahasiswa mendapatkan pendampingan secara khusus dari orang-orang terdekat agar mereka bisa membangun resiliensi dalam diri, agar bisa kembali seperti dahulu terbuka dengan lingkungan sekitar dan bisa kembali memulai kegiatan akademik di kampus dengan baik dan aktif dalam perkuliahan karena tidak ada hambatan dan tekanan dari pasangan. Oleh karena itu itu lewat skripsi ini peneliti menyarankan ada baiknya untuk menjalin suatu hubungan apabila kita memiliki sikap yang sudah bisa dikatakan dewasa, sehingga tidak terjadi hubungan yang *toxic* dan menyebabkan psikis serta akademik di bangku perkuliahan terganggu.

Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang tertarik untuk meneliti mengenai *resiliensi* mahasiswa korban *toxic relationship* diharapkan lebih banyak bahan referensi baik itu buku maupun dari jurnal. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti *resiliensi* dengan faktor lainnya lebih baik.