

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 KESIMPULAN

Dalam menjalin hubungan, terutama dengan pasangan, tidak semua orang menyadari bahwa hubungan tersebut bisa berubah menjadi toxic. Beberapa orang mungkin tidak menyadari bahwa hubungan mereka sudah tergolong toxic, sementara yang lainnya mungkin memilih untuk berpura-pura tidak tahu daripada mengakui bahwa hubungan mereka tidak sehat. Akibatnya, individu bisa merasa stres, rendah diri, depresi, dan mengalami dampak negatif lainnya. Mahasiswa sering kali dapat menyadari jika hubungan mereka sudah menjadi toxic ketika mereka mulai merefleksikan kondisi hubungan tersebut.

Berdasarkan penelitian ini, terbukti bahwa dukungan dari keluarga serta teman sebaya memiliki pengaruh signifikan dalam proses pemulihan korban toxic relationship. Dukungan emosional dan moral yang diberikan oleh keluarga dan teman-teman dekat memainkan peran krusial dalam membantu korban mengatasi dampak sosial yang dialami. Mereka menyediakan tempat untuk berbagi perasaan dan pengalaman, menawarkan nasihat, dorongan, dan berbagai bentuk dukungan lainnya yang memfasilitasi proses pemulihan. Dukungan ini membantu korban membangun kembali kepercayaan diri, memperbaiki kesejahteraan emosional, dan mengembalikan kemampuan sosialisasi mereka. Penelitian ini menegaskan pentingnya peran lingkungan sosial dalam mendukung korban toxic relationship, menunjukkan bahwa dukungan dari orang-orang terdekat sangat mempengaruhi keberhasilan proses pemulihan dan peningkatan kualitas hidup korban. Dalam penelitian ini, telah ditemukan bahwa keberadaan keluarga dan teman sebaya yang memberikan dukungan emosional sangatlah penting.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap korban hubungan yang tidak sehat, terbukti bahwa dukungan dari keluarga dan teman sebaya memainkan peran yang sangat signifikan dalam proses pemulihan sosialisasi narasumber. Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan emosional dan moral yang diberikan oleh keluarga, yang selalu mendukung penuh keputusan anaknya, serta dukungan dari teman-teman yang memahami pengalaman serupa, sangat penting dalam

membantu individu mengatasi dampak sosial yang mereka alami. Keluarga berfungsi sebagai sistem dukungan yang stabil, menyediakan rasa aman dan validasi yang diperlukan untuk proses pemulihan. Mereka tidak hanya menawarkan tempat untuk berbagi perasaan dan pengalaman, tetapi juga memberikan nasihat, dorongan, dan berbagai bentuk dukungan lainnya yang memfasilitasi proses pemulihan. Sementara itu, teman-teman yang pernah mengalami situasi serupa membantu korban dengan memberikan perspektif dan dorongan, sehingga korban merasa bahwa tindakan mereka sudah benar dan mendapatkan pemahaman yang mendalam. Kombinasi dari dukungan penuh keluarga dan dorongan teman-teman yang memahami benar situasi yang dihadapi memberikan rasa pengertian dan validasi yang sangat penting. Dengan adanya dukungan ini, narasumber dapat lebih mudah membangun kembali kepercayaan diri, memperbaiki kesejahteraan emosional, dan mengembalikan kemampuan sosialisasi mereka yang mungkin terganggu akibat pengalaman buruk tersebut. Penelitian ini menegaskan bahwa dukungan dari lingkungan sosial yang penuh perhatian sangat mempengaruhi keberhasilan proses pemulihan dan peningkatan kualitas hidup narasumber, serta memperlihatkan betapa krusialnya peran keluarga dan teman-teman terdekat dalam mendukung individu yang mengalami hubungan *toxic*.

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan dari keluarga dan teman sebaya tidak hanya membantu dalam pemulihan emosional, tetapi juga berperan dalam mengembalikan kemampuan sosialisasi korban. Ketika korban *toxic relationship* merasa didukung, mereka lebih cenderung untuk terlibat kembali dalam aktivitas sosial dan membangun hubungan baru yang sehat. Dukungan ini membantu mereka untuk mengatasi rasa takut dan kecemasan yang mungkin muncul akibat pengalaman negatif sebelumnya, serta mendorong mereka untuk membuka diri dan berinteraksi dengan orang lain secara positif. Dengan demikian, peran lingkungan sosial dalam mendukung korban *toxic relationship* tidak bisa diabaikan, karena dukungan dari orang-orang terdekat sangat berpengaruh pada keberhasilan proses pemulihan dan peningkatan kualitas hidup korban secara keseluruhan.

## 5.2 SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh penelitim, maka sara yang diajukan sebagai berikut :

1. Bagi peneliti selanjutnya supaya melakukan Analisa dengan teori sosiologi lainnya yang memberikan konteks yang baru dalam penelitian.
2. Bagi peneliti selanjutnya bisa melakukan analisa menggunakan sosial resiliesi dengan konteks yang berbeda
3. Bagi peneiti selanjutnya supaya menyajikan hasil analisis dengan jelas dan dukungan data yang kuat untuk memberikan rekomendasi yang dapat dilakukan oleh pihak lain yang berkepentingan.

