

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya perceraian di Desa Sukaresmi meliputi kurangnya komunikasi efektif dalam rumah tangga, adanya sikap egosentris dari salah satu pasangan, permasalahan ekonomi yang berkepanjangan, kesibukan yang mengurangi waktu kebersamaan, serta keterlibatan pihak ketiga baik dari luar maupun dari keluarga. Selain itu, rendahnya pemahaman tentang nilai dan tujuan pernikahan serta ketidaksiapan emosional dalam menghadapi konflik turut mempercepat keputusan pasangan untuk bercerai.
2. Dampak perceraian orang tua terhadap penerimaan diri remaja di Desa Sukaresmi sangat berpengaruh terhadap kondisi psikologis mereka. Remaja menunjukkan gejala-gejala seperti rendah diri, rasa tidak berharga, serta kesulitan menerima kenyataan keluarga yang tidak lagi utuh. Emosi negatif seperti penyangkalan, rasa bersalah, kesedihan, dan kemarahan terhadap diri sendiri maupun orang tua kerap muncul sebagai bentuk respons psikologis terhadap perceraian yang dialami.
3. Penerimaan diri remaja terhadap perceraian orang tua berlangsung dalam proses yang tidak singkat. Pada awalnya, remaja cenderung mengalami penolakan dan konflik batin, namun dengan adanya dukungan dari lingkungan terdekat seperti ibu, keluarga besar, serta lingkungan pendidikan, mereka mulai membangun pemahaman dan penerimaan atas kondisi keluarga yang telah berubah. Proses ini sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonal dan dukungan emosional yang mereka terima.
4. Perceraian orang tua memberikan dampak yang signifikan terhadap proses penerimaan diri pada remaja. Oleh karena itu, dibutuhkan peran aktif dari keluarga dan lingkungan sosial untuk memberikan dukungan yang konsisten dan penuh empati agar remaja dapat melalui masa transisi tersebut

secara sehat, serta membangun kembali kepercayaan diri dan harga dirinya secara optimal.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Orang Tua**

Orang tua perlu menyadari bahwa keputusan perceraian tidak hanya berdampak pada pasangan, tetapi juga meninggalkan jejak emosional yang mendalam pada anak-anak, terutama remaja. Oleh karena itu, setelah perceraian, sangat penting untuk tetap menjalankan peran sebagai orang tua secara penuh, memberikan kasih sayang, perhatian, dan komunikasi yang terbuka kepada anak. Orang tua perlu menghindari konflik di depan anak dan tidak saling menyalahkan agar anak tidak merasa terjebak dalam konflik loyalitas. Dukungan emosional yang konsisten dapat membantu anak melalui masa transisi dengan lebih tenang dan stabil. Selain itu, penting bagi orang tua untuk saling bekerja sama, meskipun telah berpisah, demi kebaikan anak dan agar anak tetap merasa dicintai oleh kedua belah pihak.

### **2. Bagi Remaja Korban Perceraian**

Remaja yang mengalami perceraian orang tua perlu diberi ruang dan waktu untuk memproses perasaannya. Mereka dianjurkan untuk tidak memendam emosi secara berlebihan dan disarankan untuk mencari bantuan jika merasa tertekan, baik dari guru, konselor, sahabat dekat, atau tokoh agama. Terlibat dalam aktivitas positif seperti kegiatan sosial, keagamaan, atau organisasi sekolah dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri dan penerimaan diri. Remaja juga perlu diberi pemahaman bahwa kondisi keluarga tidak menentukan nilai dirinya. Dengan membangun sikap positif, memperkuat kemampuan adaptasi, dan menumbuhkan kesadaran akan potensi diri, remaja tetap bisa berkembang dan meraih prestasi meski berasal dari keluarga yang telah bercerai.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam jumlah responden dan cakupan wilayah. Oleh karena itu, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk memperluas jumlah partisipan dan menjangkau lebih banyak wilayah agar memperoleh gambaran yang lebih beragam mengenai dampak perceraian terhadap remaja. Selain itu, peneliti dapat mengeksplorasi variabel tambahan seperti pengaruh religiusitas, dukungan teman sebaya, atau strategi coping yang digunakan remaja dalam menghadapi perubahan dalam keluarga. Penelitian lanjutan juga dapat difokuskan pada upaya intervensi yang efektif untuk membantu meningkatkan penerimaan diri dan ketahanan mental remaja yang terdampak oleh perceraian orang tua.