

## BAB V

### KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran. Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, mengungkapkan bahwa tidak terdapat pengaruh positif antara *self-compassion* dan *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran.

#### 5.2 Implikasi

Penelitian ini memberikan kontribusi penting terhadap pemahaman mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi *help-seeking behavior* pada remaja korban kekerasan dalam pacaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* tidak berpengaruh signifikan dalam memprediksi kemungkinan seorang remaja korban kekerasan dalam pacaran untuk mencari bantuan. Hal ini berarti bahwa meskipun korban memiliki sikap welas asih kepada diri sendiri, tetapi hal tersebut tidak membuatnya cenderung untuk melaporkan atau menceritakan pengalaman kekerasan yang dialaminya kepada orang lain. Temuan ini memberi pemahaman bahwa faktor internal seperti sikap terhadap diri sendiri belum tentu berperan dalam menentukan *help-seeking behavior*. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi variabel-variabel eksternal seperti dukungan sosial, stigma, atau budaya yang mungkin lebih berpengaruh.

### 5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat yaitu sebagai berikut:

- a. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan instrumen dengan jumlah sampel yang lebih besar dan kriteria sampel yang disesuaikan dengan tujuan penelitian mendatang agar data yang didapat mewakili seluruh karakteristik.
- b. Bagi peneliti selanjutnya untuk instrumen tidak perlu dilakukan secara konstektual karena pada dasarnya alat ukur sudah disesuaikan dalam berbagai situasi dan kondisi.
- c. Peneliti selanjutnya dapat menggali lebih dalam faktor-faktor yang bisa menjadi mediator atau moderator dalam hubungan antar *self-compassion* dan *help-seeking behavior*, seperti dukungan sosial, stigma, atau faktor internal lainnya.
- d. Bagi remaja korban kekerasan dalam pacaran disarankan untuk tetap terbuka dan memberitahukan permasalahan yang dialami kepada orang yang dipercaya atau tenaga profesional agar tidak terjadi atau mengurangi gangguan yang dapat membahayakan diri mereka sendiri.