

BAB V

PENUTUP

Fenomena depresi akibat putus cinta yang terjadi ditengah masyarakat menjadi latar belakang dilaksanakannya penelitian ini. Melihat banyaknya kasus dan dampak buruk yang ditimbulkan oleh pemutusan hubungan berpacaran, membuat peneliti tergerak untuk mencari tahu seberapa besar peran yang diberikan oleh *significant others* dan konsep diri dalam membentuk kemampuan untuk mereduksi konflik, guna menghindari terjadinya pemutusan hubungan.

Diharapkan, setelah mempelajari hasil penelitian ini, pembaca mendapatkan pengetahuan mengenai seberapa besar peran dari *significant others* dan konsep diri, sehingga mereka dapat mengoptimalkan peran dari kedua faktor tersebut, untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam mereduksi konflik yang memicu pemutusan hubungan interpersonal atau hubungan pacaran. Sehingga, tingkat depresi yang disebabkan oleh pemutusan hubungan interpersonal dapat ditekan.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan eksplanatif. Metode tersebut dipilih karena penggunaan metode tersebut dirasa lebih efektif untuk dapat mengukur besarnya peranan yang diberikan oleh *significant others* dan konsep diri terhadap kemampuan mereduksi konflik.

Peneliti telah melakukan penelitian terhadap 40 responden, yang merupakan mahasiswa Universitas Diponegoro. Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan yang telah dibahas pada bab-bab sebelumnya, maka berikut akan dikemukakan simpulan yang dapat ditarik dari penelitian ini.

5.1. Simpulan

1. Terdapat hubungan yang positif antara *significant others* dengan kemampuan mereduksi konflik dalam pemutusan hubungan interpersonal. Dimana, semakin tinggi penerimaan seseorang atas nasihat yang diberikan oleh *significant Others*, maka semakin tinggi pula kemampuan orang tersebut dalam mereduksi konflik yang memicu pemutusan hubungan interpersonal.
2. Terdapat hubungan yang positif antara konsep diri dengan kemampuan mereduksi konflik dalam pemutusan hubungan interpersonal. Dimana, semakin positif konsep diri yang dimiliki oleh seseorang, maka semakin tinggi pula kemampuan orang tersebut dalam mereduksi konflik yang memicu pemutusan hubungan interpersonal.

5.2. Saran

Menurut temuan penelitian, walaupun memiliki hubungan dengan kemampuan mereduksi konflik, namun variabel bebas pertama, yakni peran *significant others*, tidak berperan secara signifikan terhadap variabel terikat. Atau dengan kata lain, peran yang diberikan *significant others* terhadap kemampuan mereduksi konflik terbilang rendah. Untuk itu, peneliti merasa perlu memberikan saran yang diharapkan dapat membantu mengembangkan teori, sekaligus saran yang dapat menjadi masukan bagi pembaca untuk dapat meningkatkan peran *significant others*, sehingga kemampuan mereduksi konflik yang dimiliki juga dapat bertambah baik.

5.2.1. Teoritis

Secara teoritis, peneliti ingin memberikan saran bagi pengembangan teori penilaian sosial. Teori tersebut berasumsi bahwa ketika suatu pesan jatuh pada rentang penerimaan seseorang, maka ini akan memudahkan adanya perubahan sikap. Namun berdasarkan temuan penelitian yang peneliti dapat, walaupun responden merasa setuju atau dapat menerima pendapat yang diberikan oleh *significant others*, namun hal tersebut tidak serta merta dapat dengan mudah merubah sikap responden dalam menyikapi konflik yang terjadi dengan pasangan. Ketika ingin menentukan sikap, mereka masih mempertimbangkan hal lain diluar pendapat *significant others*.

Untuk itu, peneliti menyarankan bagi teori penilaian sosial untuk lebih menjelaskan secara rinci mengenai kriteria dari “penerimaan” yang dimaksud didalam teori ini. Sebab, menurut peneliti, aspek penerimaan bisa diartikan sebagai dua, yakni : penerimaan pada level “setuju” dan penerimaan pada level “meyakini kebenaran”. Pada level setuju perubahan sikap belum tentu terjadi, namun pada level “meyakini”, besar kemungkinan akan menyebabkan terjadinya perubahan sikap.

5.2.2. Praktis

Berdasarkan temuan penelitian, diketahui bahwa peranan yang diberikan variabel peran *significant others* terhadap variabel kemampuan mereduksi konflik tidak signifikan. Secara praktis, saran yang dapat peneliti berikan guna meningkatkan peran *significant others* adalah bahwa setiap orang yang sedang terlibat konflik dalam hubungan interpersonal yang sedang dijalaninya, hendaknya berusaha mengurangi ego dan berhenti merasa bahwa dirinya selalu mengetahui mana langkah yang paling benar. Sebab terkadang, kita juga butuh sudut pandang orang lain sebagai pertimbangan dalam mengambil langkah yang tepat.

5.2.3. Sosial

Dampak yang ditimbulkan dari pemutusan suatu hubungan interpersonal seringkali tergolong membahayakan. Untuk itu, peran dari *significant others* dan konsep diri dibutuhkan guna mencegah dampak yang merugikan tersebut. Namun sayangnya, pada penelitian ini didapatkan fakta bahwa peran *significant others* yang dimiliki responden masih sangat rendah. Saran yang dapat peneliti berikan guna meningkatkan peran *significant others* adalah dengan mengajarkan sedari dini kepada anak-anak untuk berkomunikasi secara terbuka, berbagi cerita, dan bertukar pikiran. Selain itu, penanaman nilai-nilai mengenai penyelesaian konflik juga perlu diberikan agar nantinya setelah dewasa seseorang dapat secara bijak menghadapi konflik yang melanda kehidupannya.