

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai komunikasi interpersonal generasi muda dalam mengatasi perilaku *toxic relationship*, dapat disimpulkan bahwa generasi muda menerapkan berbagai strategi untuk menangani konflik dalam hubungan mereka. Beberapa individu memilih pendekatan langsung, yang melibatkan berbicara terbuka tentang perasaan mereka, menyampaikan ketidaknyamanan, dan menetapkan batasan yang jelas serta konsisten. Mereka juga aktif mencari dukungan dari teman-teman dan keluarga untuk mendapatkan perspektif tambahan dan dukungan emosional.

Di sisi lain, ada juga generasi muda yang memilih pendekatan yang lebih lembut, dengan menghindari konfrontasi langsung dan mencoba menenangkan suasana, mengalah, serta mencari jalan tengah untuk menghindari perdebatan yang panas. Meskipun metode ini dapat menjaga perdamaian sementara, sering kali masalah inti tetap tidak terselesaikan dan dapat berkembang menjadi isu yang lebih besar. Pentingnya dukungan eksternal tidak dapat diabaikan dalam proses ini. Dukungan dari teman dan keluarga memberikan perspektif yang berbeda dan kekuatan emosional untuk menghadapi situasi sulit. Ketika masalah terus berlanjut, evaluasi berkelanjutan terhadap dinamika hubungan menjadi langkah krusial untuk memutuskan apakah tindakan lebih lanjut diperlukan demi kesejahteraan pribadi.

Secara keseluruhan, generasi muda menunjukkan *fleksibilitas* dalam strategi komunikasi mereka dengan menggabungkan pendekatan langsung dan tidak langsung serta dukungan eksternal. Meskipun mereka menghadapi tantangan dalam hubungan mereka, dengan komunikasi yang efektif dan dukungan yang memadai, mereka dapat bekerja menuju solusi yang lebih sehat dan seimbang, serta menjaga kesejahteraan emosional mereka.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memiliki saran terkait *toxic relationship* dalam pacaran sebagai berikut:

1. Untuk generasi muda yang merasakan adanya *toxic* dalam hubungan, langkah yang bijak adalah mempertimbangkan untuk mengakhiri atau mengubah hubungan *toxic* tersebut menjadi hubungan yang sehat. Jangan biarkan diri Anda kehilangan harga diri hanya karena ketidakmampuan untuk meninggalkan zona nyaman dalam hubungan yang tidak sehat.
2. Sebagai mahasiswa UIN IB, penting untuk selalu menjaga kontrol diri dan terlibat dalam aktivitas yang konstruktif sebagai bagian dari pengembangan diri. Ini sejalan dengan tanggung jawab mahasiswa untuk berperan sebagai agen perubahan sosial yang berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penelitian ini. Mengingat bahwa *toxic relationship* dapat secara halus mempengaruhi produktivitas dan kreativitas generasi muda, penting untuk memperdalam kajian di masa depan. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian berikutnya mengeksplorasi data yang lebih komprehensif, termasuk perspektif dari masyarakat umum, dan tidak hanya terbatas pada pendapat korban atau pelaku.