

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kualitatif mengenai gambaran kesehatan mental remaja yang mengalami *verbal abuse* di Desa Pengurung Kecamatan Kinal Kabupaten Kaur, dapat disimpulkan bahwa pengalaman kekerasan verbal memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi psikologis remaja, khususnya dalam lima aspek utama kesehatan mental yang diteliti. *Verbal abuse* yang dialami secara berulang, baik dalam lingkungan keluarga maupun pergaulan sehari-hari, tidak hanya memengaruhi kondisi emosional sesaat, tetapi juga membentuk pola pikir, sikap, serta cara remaja menghadapi tekanan hidup. Pada aspek kemampuan beradaptasi dan mengelola stres, remaja cenderung menunjukkan pola adaptasi yang bersifat pasif dan menghindar. Sebagian besar informan memilih menekan perasaan, menarik diri dari lingkungan sosial, serta mengalihkan perhatian melalui aktivitas individual sebagai

bentuk mekanisme coping. Meskipun cara ini membantu meredakan stres dalam jangka pendek, namun belum mencerminkan kemampuan pengelolaan stres yang sehat dan konstruktif, sehingga berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang terpendam.

Aspek penerimaan diri dan keutuhan konsep diri menunjukkan bahwa remaja yang mengalami *verbal abuse* cenderung memiliki pandangan negatif terhadap dirinya sendiri. Ucapan-ucapan yang merendahkan membuat remaja merasa tidak berharga, kurang percaya diri, dan sulit menerima kelebihan maupun kekurangannya. Kondisi ini berdampak pada rapuhnya konsep diri dan meningkatnya kerentanan emosional, terutama ketika remaja menghadapi kritik atau tekanan dari lingkungan. Dalam aspek aktualisasi diri dan pengembangan potensi, *verbal abuse* menjadi hambatan utama bagi remaja untuk mengekspresikan kemampuan dan minat yang dimiliki. Rasa takut gagal, khawatir mendapat ejekan, serta minimnya dukungan emosional membuat remaja kurang berani mencoba hal baru

dan mengembangkan potensi diri secara optimal. Akibatnya, proses pertumbuhan psikologis dan pencapaian tujuan hidup remaja berjalan tidak maksimal.

Aspek hubungan sosial yang sehat menunjukkan bahwa remaja korban *verbal abuse* cenderung mengalami kesulitan dalam membangun relasi interpersonal yang terbuka dan positif. Ketidakpercayaan terhadap orang lain, rasa cemas saat berinteraksi, serta kecenderungan menarik diri menjadi pola yang sering muncul. Hal ini menunjukkan bahwa *verbal abuse* tidak hanya berdampak pada individu secara internal, tetapi juga memengaruhi kualitas hubungan sosial remaja dengan lingkungan sekitarnya. Sementara itu, pada aspek stabilitas emosi dan kontrol diri, remaja menunjukkan ketidakstabilan emosional yang ditandai dengan mudah tersinggung, memendam amarah, serta kesulitan mengekspresikan emosi secara sehat. Kondisi ini mencerminkan lemahnya regulasi emosi sebagai dampak dari tekanan verbal yang dialami secara terus-menerus.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kesehatan mental remaja yang mengalami *verbal abuse* di Desa Pengurung berada dalam kondisi yang rentan dan membutuhkan perhatian serius. *Verbal abuse* tidak dapat dianggap sebagai hal yang wajar atau sekadar candaan, karena terbukti memberikan dampak jangka panjang terhadap perkembangan psikologis remaja. Oleh karena itu, upaya pencegahan, pendampingan, dan peningkatan kesadaran masyarakat menjadi langkah penting dalam menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan mendukung kesehatan mental remaja secara berkelanjutan.

B. Saran

Berdasarkan Temuan Di Lapangan Mengenai Gambaran Kesehatan Mental Remaja Yang Mengalami *Verbal Abuse* Di Desa Pengurung Kec. Kinal Kab. Kaur Bagi Prodi Bimbingan Konseling Islam (Bki), Peneliti Lanjut:

1. Bagi keluarga

Khususnya orang tua, diharapkan mampu meningkatkan kesadaran mengenai dampak negatif *verbal*

abuse terhadap perkembangan psikologis remaja. Orang tua perlu membangun pola komunikasi yang lebih empatik, terbuka, dan suportif, serta menghindari penggunaan kata-kata yang bersifat merendahkan, membandingkan, atau mengancam. Lingkungan keluarga yang aman secara emosional akan membantu remaja mengembangkan kemampuan regulasi emosi, penerimaan diri, dan ketahanan mental dalam menghadapi tekanan hidup.

2. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi refleksi untuk lebih mengenali dan memahami kondisi emosional diri sendiri. Remaja perlu didorong untuk mengembangkan strategi pengelolaan stres yang lebih sehat, seperti mengekspresikan perasaan secara positif, membangun relasi sosial yang mendukung, serta berani mencari bantuan ketika menghadapi tekanan psikologis. Penguatan keterampilan coping adaptif menjadi langkah penting agar remaja tidak terjebak dalam pola

penghindaran yang berpotensi memperburuk kondisi mental.

3. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian dan referensi tambahan dalam pengembangan ilmu, khususnya dalam bidang konseling yang berkaitan dengan penanganan dampak kekerasan verbal. Prodi BKI juga diharapkan dapat memperkuat peran mahasiswa dalam memberikan edukasi dan pendampingan kepada masyarakat, terutama dalam upaya membangun kesadaran pentingnya komunikasi yang sehat dan ramah bagi remaja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk mengkaji lebih mendalam mengenai faktor-faktor lain yang memengaruhi kesehatan mental remaja korban *verbal abuse*, misalnya dengan memperluas subjek penelitian, menambah metode seperti observasi partisipatif, atau membandingkan kondisi di

daerah lain, sehingga hasil penelitian dapat lebih komprehensif dan aplikatif dalam upaya pencegahan serta penanganan masalah kesehatan mental remaja.



DAFTAR PUSTAKA

- Abaa, A. (2024). Investigating the Precursors and Consequences of Sexual Activities of In-School Adolescents in Abuja Municipal Area Council, Abuja, Nigeria. *Ofuruma: Journal Of The Humanities*, 4(1 & 2), 120-120.
- Adila, Nur, Syazwina Dinda Damara Rais, Tri Fauziah Hasana, and Usiono, 'Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Perilaku Kepedulian Sosial Pada Remaja', *Jurnal Sains Student Research* , 3.2 (2025), 96–103.
- Afriani, N. (2021). *Toxic Relationship Sebagai Pemicu Terjadinya Kekerasan Terhadap Perempuan (Studi Kasus Pada 4 Korban Toxic Relationship)* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Amirullah, A. (2021). *Dukungan Keluarga Terhadap Keberlangsungan Pendidikan Anak Di Kecamatan Tellu Limpo Kabupaten Sidenreng Rappang* (Doctoral dissertation, IAIN PAREPARE).
- Aritonang, N. B. (2022). *Studi identifikasi dampak psikologis verbal abuse pada siswa di SMA Nurul Amaliyah Tanjung Morawa* (Disertasi, Universitas Medan Area). Universitas Medan Area Repository.
- Arnett, J. J. (2023). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Azizah, A. N., et al. (2023). Implementasi sekolah ramah anak untuk mewujudkan perilaku antikekerasan. *Jurnal Penelitian Kebijakan Pendidikan*, 16(2), 691.
- Bandura, A. (2018). A commentary on moral disengagement: A theory of cognitive disconnection. *Perspectives on Psychological Science*, 13(2), 278–281.
- Bj, S. (2003). Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry. *Behavioral science/clinical psychiatry*.
- Buanasari, A. (2021). *Asuhan keperawatan sehat jiwa pada kelompok usia remaja*. Tohar Media.
- Bau, Nur Alvira, Laksmyn Kadir, and Ramly Abudi, 'Hubungan

Tingkat Stres Remaja Dengan Kemampuan Beradaptasi Di Asrama Pondok Pesantren Sabrun Jamil', *Jambura Journal of Epidemiology*, 1.1 (2022), 29–37

- Chen, L., Zhou, Y., Zhang, S., & Xiao, M. (2024). How anxiety relates to blood donation intention of non-donors: The roles of moral disengagement and mindfulness. *The Journal of Social Psychology*, 164(1), 43-58.
- Crone, E. A., & Fuligni, A. J. (2020). Self and others in adolescence. *Annual review of psychology*, 71(1), 447-469.
- Crone, E. A., & Fuligni, A. J. (2020). Self and others in adolescence. *Annual Review of Psychology*, 71, 447–469.
- Edmawati, M. D., Ramadhan, M. A., Barlaman, M. R. B., Helmiah, A. S., Afifah, N., Miastari, Y., ... & Fatimah, M. N. (2024). *Mengenal Diri Sendiri: Psikologi Untuk Kehidupan Lebih Baik*. Nas Media Pustaka.
- Elia Rizky Safira, Ibnu Mahmudi, Ana Anggraini, 'Hubungan Kontrol Diri (Self Control) Dengan Kematangan Emosi Siswa Vii Smpn 6 Madiun Tahun Ajaran-2025', *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 7.4 (2024), 17149–56
- Faidah, A. N., Sugiaty, T., Firzatullah, M. D., Fauzan, M. H., Ramadhan, M. R., Aflah, M. F. N., & Alfarazy, M. R. (2024). Sosialisasi Kesehatan Jiwa Raga untuk Peningkatan Kualitas Hidup dan Produktivitas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 2(2), 276-288.
- Farida, A. (2023). *Pilar-pilar Pembangunan Karakter Remaja: Metode Pembelajaran Aplikatif untuk Guru Sekolah Menengah*. Nuansa Cendekia.
- FREUD, S. (1923). The ego and the id London Hogarth, 1927. *Standard Ed*, 19.
- Freud, S. (1923). The ego and the id London: Hogarth.
- Greene, J. A., Freed, R., & Sawyer, R. K. (2019). Fostering creative performance in art and design education via self-regulated learning. *Instructional Science*, 47, 127-149.
- Haekal, M. F. (2021). Konseling Logoterapi Sebagai Solusi Dalam Menangani Masalah Psikologis Remaja Putus Sekolah. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 6(1).

- Ihensekien, O. A., & Joel, A. C. (2023). Abraham Maslow's hierarchy of needs and Frederick Herzberg's two-factor motivation theories: Implications for organizational performance. *The Romanian Economic Journal*, 85, 32-49.
- Koenig, H. G. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: A review. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 54(5), 283-291.
- Kroger, J. (2020). *Identity development: Adolescence through adulthood* (4th ed.). Sage Publications.
- Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (2016). Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) sebagai intervensi kesehatan mental berbasis masyarakat. *INSAN: Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 112-124.
- Lelijveld, N., Benedict, R. K., Wrottesley, S. V., Bhutta, Z. A., Borghi, E., Cole, T. J., ... & Mates, E. (2022). Towards standardised and valid anthropometric indicators of nutritional status in middle childhood and adolescence. *The lancet child & adolescent health*, 6(10), 738-746.
- Lightfoot, C. (2021). The development of thinking in adolescence. In R. M. Lerner & L. Steinberg (Eds.), *Handbook of adolescent psychology* (4th ed.). Wiley.
- Maddux, J. E., & Kleiman, E. M. (2021). Self-efficacy. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of personality and individual differences*. Springer.
- Mariah, K., & Asmita, W. (2024). Child Abuse, Marital Satisfaction and Premarital Counseling: How do They Relate One Another?. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 5(2), 24-33.
- Maryam, N., dkk. (2021). Dampak dari verbal abuse terhadap keadaan psikologis seseorang. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 2(1), 28-38.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, 50(4), 370.
- Mathew, M. M., Adamu, I. A., & Akpan, N. A. (2024). Empowering Communities with the Mental Health Gap Action Programme in Nasarawa State, Nigeria (2019-2021). *FULAFIA IAC Book of Proceedings*, 12-20.

- Mwakanyamale, A. A., & Yizhen, Y. (2019). Psychological maltreatment and its relationship with self-esteem and psychological stress among adolescents in Tanzania: a community based, cross-sectional study. *BMC psychiatry*, 19, 1-9.
- Novitasari, Yuliana, and Kusmiyanti Kusmiyanti, 'Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Diri Narapidana Pasca Putusan Di Rutan Kelas I Surakarta', *Reformasi*, 11.2 (2021), 180–92
- Nesi, J. (2020). The impact of social media on youth mental health: challenges and opportunities. *North Carolina medical journal*, 81(2), 116-121.
- Niman, S., Parulian, T. S., & Christian, F. (2023). Sociodemographic Factors and Parental Verbal Abuse in Indonesia. *Qeios*.
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi belajar dalam perkembangan remaja*. Deepublish.
- Pedhu, Y. (2022). Kesejahteraan psikologis dalam hidup membiara. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 10(1), 65-78.
- Pratama, Y. H., Anargya, A. R., & Rosidah, A. S. (2023). Kesehatan mental dalam Islam. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 2(2), 192-197.
- Purnomosidi, F., Pi, M., Widiyono, S. K., Musslifah, A. R., & Psikolog, M. P. (2022). *Buku referensi kesejahteraan psikologis dengan sholat dhuha*. Lembaga Chakra Brahmana Lentera.
- Paudi, Pebrianti, Santi Esterlita Purnamasari, and Dian Sartika Sari, 'Self Compassion Dan Aktualisasi Diri Pada Mahasiswa', *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 2.1 (2022), 44–55
- Radell, M. L., Abo Hamza, E. G., Daghustani, W. H., Perveen, A., & Moustafa, A. A. (2021). The impact of different types of abuse on depression. *Depression research and treatment*, 2021(1), 6654503.

- Riska, D. (2023). *Penerapan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Meminimalisir Prilaku Bullying Di Smpn 1 Mekakau Ilir Oku Selatan* (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Rogers, C. R. (1995). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Rogers, C. R. (1995). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Santrock, J. W. (2020). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Saputra, A., & Lubis, S. A. (2025). Transformasi Pendidikan Islam Berbasis Kesehatan Mental Holistik. *Ar-raudah: Jurnal Pendidikan Dan Keagamaan*, 1(4), 78-93.
- Siegler, R. S. (2024). Connecting learning environments to learning: Two examples from children's mathematics. *Developmental Review*, 101138.
- Soumokil-Mailoa, E. O., Hermanto, Y. P., & Hindradjat, J. (2022). Orang tua sebagai supporting system: penanganan anak remaja yang mengalami depresi. *Vox Dei: Jurnal Teologi Dan Pastoral*, 3(2), 244-267.
- Suárez-Relinque, C., del Moral Arroyo, G., León-Moreno, C., & Callejas Jerónimo, J. E. (2019). Child-to-parent violence: Which parenting style is more protective? A study with Spanish adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 16(8), 1320.
- Sejati, Sugeng, Lailatul Badriyah, dan Emellia Afria Juniza. "Dampak Negatif Perilaku Toxic Friendship dengan Kualitas Pertemanan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu." *ISTISYFA: Journal of Islamic Guidance and Counseling* Vol. 2, No. 1 (2023): 236–249.
- VIDIA, R. A. *Dampak Kekerasan Verbal Antar Teman Sebaya Terhadap Perkembangan Psikologi Siswa Kelas Iii Di Sd Negeri 58 Kota Bengkulu* (Doctoral dissertation, Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu).
- Viralpublik. (2024, April 20). *Pelajar SMK di Kaur ditemukan bunuh diri*. Viralpublik.

<https://www.viralpublik.com/index.php/pelajar-smk-di-kaur-ditemukan-bunuh-diri>

- Wahab, G. A., Ernawati, & Husni, M. (2023). Pengaruh kekerasan komunikasi verbal (verbal abuse) terhadap pembentukan karakter anak usia 3–6 tahun. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(3), 46.
- Wambes, R. N., Hidayati, M., & Fauzan, A. (2020). Organisasi Keagamaan dan Penanganan Kekerasan dalam Rumah Tangga (Kdrt): Studi Tentang Peran Biro Nuurus Sakiinah dalam Kdrt di Yogyakarta. *Aqlam: Journal of Islam and Plurality*, 5(2).
- World Health Organization. (2004). Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: summary report/a report from the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and the University of Melbourne. In *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: summary report/a report from the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and the University of Melbourne*.
- Wulandari, S. (2022). Dampak Belajar dan Bermain dari Rumah pada Masa Pandemi COVID-19 bagi Kesehatan Mental Anak Usia 0-12 Tahun. *Dinamika Emosi Anak Usia Dini: Kajian Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi COVID-19 (Jilid 1)*, 291.
- Yun, J. Y., Shim, G., & Jeong, B. (2019). Verbal abuse related to self-esteem damage and unjust blame harms mental health and social interaction in college population. *Scientific reports*, 9(1), 5655.