

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Resiliensi seorang pemandu lagu tercapai berkat kemampuan untuk menerima diri secara utuh, yang menjadi dasar kekuatan mentalnya dalam menghadapi berbagai tantangan. Penerimaan diri ini didukung oleh kemampuan regulasi emosi yang baik, yang memungkinkan ia tetap tenang dan terkendali meski dalam situasi penuh tekanan. Selain itu, empati yang dimilikinya tidak hanya memperkaya hubungan interpersonal, tetapi juga membantu untuk lebih memahami dan mengatasi kesulitan yang dihadapi orang lain. Dukungan keluarga yang kokoh memberikan fondasi emosional yang stabil, memberikan rasa aman dan keyakinan untuk terus maju meskipun menghadapi rintangan. Tak kalah penting, kemampuan memecahkan masalah dengan pendekatan yang logis dan kreatif menjadikannya individu yang tangguh dan fleksibel, mampu beradaptasi dengan perubahan dan tetap mempertahankan semangat untuk berkembang, baik dalam kehidupan pribadi maupun karier sebagai pemandu lagu.

Gambaran tentang proses resiliensi pemandu lagu dalam menanggapi stigma negatif dari masyarakat Desa Bedali Kecamatan Ngancar Kabupaten Kediri didapati kesimpulan bahwa mereka mampu menjaga stabilitas emosi dalam situasi yang menekan, serta menunjukkan kontrol diri yang baik untuk tidak terpancing dalam merespons stigma secara negatif. Optimisme mereka tercermin dari keyakinan bahwa masa depan masih bisa diusahakan menjadi lebih baik, bahkan ketika lingkungan sosial tidak mendukung. Mereka juga menunjukkan empati

dengan tetap berusaha memahami sudut pandang masyarakat yang menstigma, tanpa serta-merta membenci atau menjauhi.

Proses resiliensi pemandu lagu didukung oleh faktor internal maupun eksternal yaitu kekuatan individu (*I Am*), dukungan eksternal (*I Have*), dan kemampuan interpersonal (*I Can*). *I Am* atau kekuatan individu yang terlihat dari keyakinan subjek terhadap kemampuan diri untuk bertahan dan rasa bangga atas pencapaian diri, meski menghadapi tantangan sosial dan pekerjaan. Dukungan eksternal dari keluarga dan teman-teman juga menjadi sumber kekuatan emosional yang membantu subjek menghadapi tekanan dan stigma sosial. Sementara itu, kemampuan interpersonal tercermin dari cara subjek mengelola emosi, menjaga profesionalisme, serta memahami bahwa pandangan negatif masyarakat sering kali muncul karena kesalahpahaman. Ketiga faktor ini berperan penting dalam membentuk ketahanan psikologis subjek untuk tetap bertahan, berkembang, dan berfungsi secara adaptif dalam lingkungan yang menstigmatisasi.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari kesimpulan diatas, maka peneliti bisa memberikan beberapa saran kepada para pemandu lagu, adapun saran-saran yang dimaksud yaitu:

1. Bagi wanita pemandu lagu

Bagi pemandu lagu, harapan dari penelitian ini adalah agar hasil yang diperoleh dapat menjadi referensi yang bermanfaat dan motivasi bagi pemandu lagu dalam menghadapi tantangan yang mereka hadapi. Semoga penelitian ini memberikan wawasan baru tentang pentingnya pengembangan resiliensi, sehingga pemandu lagu dapat lebih mampu mengelola tekanan sosial dan

emosional yang mereka alami. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang resiliensi, diharapkan mereka dapat lebih percaya diri, menerima diri, dan tetap semangat dalam menjalani profesinya, meskipun masih ada stigma negatif yang melekat pada pekerjaan mereka. Selain itu, saran juga diberikan agar para lady companion mampu mempertimbangkan kembali skala prioritas dalam hidup mereka, serta mengevaluasi apakah pekerjaan ini benar-benar sesuai dengan kebutuhan dan tujuan jangka panjang mereka. Jangan sampai mereka mudah tersilaukan oleh gemerlapnya penghasilan sesaat, namun mengorbankan kesehatan mental, harga diri, atau masa depan yang lebih stabil. Kesadaran ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membuat keputusan yang lebih bijak dan berkelanjutan.

2. Bagi masyarakat

Saran untuk masyarakat adalah agar lebih membuka pikiran dan mengurangi stigma negatif terhadap pekerjaan orang lain, termasuk profesi pemandu lagu. Setiap pekerjaan, apapun bentuknya, memiliki kontribusi penting bagi kehidupan ekonomi dan sosial, dan tidak seharusnya dinilai secara diskriminatif. Masyarakat diharapkan untuk lebih menghargai profesi apapun dengan memahami bahwa setiap individu berhak untuk dihargai dan diperlakukan dengan adil, terlepas dari pekerjaan yang mereka jalani. Selain itu, memberikan dukungan yang positif, baik melalui sikap empati maupun tindakan konkret seperti menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung, dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional individu, sehingga membangun lingkungan sekitar yang lebih harmonis dan saling mendukung.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian dengan judul serupa dengan penelitian ini, peneliti berharap untuk memperbanyak jumlah responden guna memperoleh data yang lebih representatif dan memperkuat validitas temuan. Penambahan variasi responden dari berbagai latar belakang dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang pengalaman pemandu lagu dalam menghadapi stigma sosial dan pengembangan resiliensi. Selain itu, penelitian selanjutnya juga disarankan untuk memperdalam kajian teori yang berkaitan dengan resiliensi serta menghubungkannya dengan perspektif psikologi sosial dan organisasi, agar dapat menghasilkan analisis yang lebih mendalam dan kontekstual