

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar individu dewasa awal dari keluarga bercerai di Sumatera Barat memiliki *fear of intimacy* yang berada pada kategori rendah. Artinya, individu tidak mengalami hambatan dalam hal pengkomunikasian pikiran dan perasaan pribadinya kepada pasangan. Di sisi lain, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa individu dewasa awal dari keluarga bercerai cenderung memiliki *anxiety* yang lebih besar dibandingkan *avoidance*, serta mayoritas mengalami *insecure adult attachment*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa subjek cenderung merasakan perasaan cemas akan ditinggalkan oleh pasangannya. Dan *insecure adult attachment* menunjukkan bahwa mereka kesulitan dalam membangun hubungan, menggantungkan kebutuhan pada pasangan, dan/atau merasa cemas berlebihan akan ditinggalkan oleh pasangannya.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Metodologis

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, berikut adalah saran-saran yang dapat dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya.

1. Penelitian ini tidak menspesifikkan subjek berdasarkan kapan konflik antara orang tua terjadi, baik itu sebelum ataukah sesudah perceraian. Oleh karena itu, peneliti menyarankan penelitian selanjutnya dapat

melakukan penelitian dengan topik yang sama tapi membatasi kriteria subjeknya berdasarkan hal tersebut. Hal ini dikarenakan kemungkinan dinamika subjek yang merasakan konflik sebelum perceraian dan subjek yang mengalami konflik setelah orang tua bercerai bisa saja berbeda.

2. Pengambilan data dalam penelitian ini sepenuhnya dilakukan secara *online* dikarenakan cakupan subjeknya yang terlalu luas, yakni Sumatera Barat. Oleh karena itu, peneliti menyarankan agar penelitian selanjutnya sebaiknya dilakukan secara *offline* pada daerah yang bisa dijangkau peneliti. Hal ini dilakukan guna meminimalkan tingkat distraksi dan meningkatkan kevalidan data yang didapatkan karena peneliti dapat mengontrol lingkungan saat penelitian dilakukan.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian, berikut adalah saran praktis yang dapat dipertimbangkan oleh individu dan orang tua.

1. Bagi Dewasa Awal

Sebagaimana komunikasi dalam suatu hubungan terbilang penting dalam membangun hubungan romantis, maka individu sebaiknya meningkatkan keterampilan komunikasi yang dimiliki. Hal ini bisa dilakukan dengan cara melatih diri mendengarkan secara aktif yakni tidak hanya sekedar mendengar, tetapi juga memahami perasaan

dan kebutuhan pasangan. Selain itu, individu juga bisa melatih mengekspresikan perasaan melalui percakapan rutin dengan pasangan.

2. Bagi Pasangan

Penelitian ini menunjukkan pentingnya peran pasangan dalam suatu hubungan, maka sebaiknya sebagai pasangan juga harus memberikan perlakuan yang sesuai dengan kebutuhan pasangan. Jika pasangan memiliki kecenderungan merasakan perasaan cemas berlebihan akan ditinggalkan, maka pasangan dapat menampilkan perilaku seperti tidak mengabaikan atau memberikan dukungan penuh sehingga meminimalisir perasaan cemas yang dirasakan. Di sisi lain, jika pasangan memiliki kecenderungan untuk enggan bergantung atau membangun hubungan yang lebih dekat, maka pasangan dapat membangun kepercayaan yang baik sehingga pasangan bisa menganggap bahwa hubungan tersebut adalah tempat yang “aman” atau *secure* untuk dijadikan sebagai tempat bergantung.

3. Bagi Orang Tua

Sebaiknya setelah perceraian terjadi orang tua tetap memenuhi perannya sebagai orang tua dan menjalin hubungan yang penuh dengan kasih sayang, empati, dan perhatian terhadap anak. Hal ini dikarenakan perilaku yang ditampilkan orang tua turut mempengaruhi bagaimana perilaku anak ketika menjalin hubungan bersama pasangannya.