

## BAB V PENUTUP

### 1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar perempuan dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai di Kota Padang memiliki *fear of intimacy* pada kategori tinggi (54,9%). Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan mengalami kecemasan dalam membangun kedekatan emosional dengan pasangan, seperti kekhawatiran akan penolakan, rasa tidak nyaman menjadi diri sendiri secara penuh, serta ketakutan terhadap komitmen jangka panjang. Meskipun secara per dimensi *fear of intimacy* berada pada kategori sedang, dimensi *vulnerability* memiliki nilai *mean* tertinggi dibandingkan dimensi lainnya, sehingga kerentanan emosional menjadi aspek yang paling menonjol dalam penelitian ini.

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai di Kota Padang memiliki *marital attitudes* pada kategori rendah (58,8%). Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan memandang pernikahan secara kurang positif, terutama sebagai hubungan yang rentan terhadap konflik dan kurang stabil. Berdasarkan analisis dimensi, aspek *fears & doubts* memiliki nilai *mean* yang paling rendah dibandingkan dimensi lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa sikap negatif terhadap pernikahan pada subjek lebih banyak dipengaruhi oleh adanya ketakutan dan keraguan terhadap keberhasilan hubungan pernikahan.

## 1.2 Saran

### 1.2.1 Saran Metodologis

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

1. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti *fear of intimacy* dan *marital attitudes* pada perempuan dewasa awal dengan orang tua bercerai, disarankan menggunakan pendekatan *mixed method* agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *fear of intimacy* dan *marital attitudes*. Dengan adanya tambahan ini dapat mengeskplorasi dinamika di balik tingginya *fear of intimacy* dan rendahnya *marital attitudes* yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan melalui penelitian ini.
2. Penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif sehingga belum dapat menjelaskan hubungan kausal maupun kekuatan hubungan antara *fear of intimacy* dan *marital attitudes*. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan desain korelasional atau struktural untuk menguji hubungan antarvariabel, termasuk kemungkinan peran *fear of intimacy* sebagai mediator antara pengalaman perceraian orang tua dan *marital attitudes*.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek yang tidak merasakan peran kedua orang tua justru memiliki *fear of intimacy* yang relatif lebih rendah. Temuan ini mengindikasikan adanya mekanisme kompensasi melalui hubungan romantis atau sumber dukungan lain.

Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk memasukkan variabel seperti kualitas hubungan romantis, dukungan pasangan, atau gaya kelekatan sebagai faktor yang dapat menjelaskan temuan tersebut.

### 1.2.2 Saran Praktis

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

#### 1. Bagi Perempuan Dewasa Awal

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai cenderung berada pada kategori *fear of intimacy* yang tinggi, dengan dimensi yang paling dominan adalah *vulnerability*. Hal ini mengindikasikan adanya ketakutan untuk berada dalam posisi rentan secara emosional, seperti membuka diri dan mengungkapkan perasaan terdalam. Individu disarankan untuk mempertimbangkan mengikuti konseling psikologis, guna membantu membangun rasa aman dan kepercayaan dalam hubungan. Selain itu, adanya pelatihan keterampilan hubungan yang sehat bisa membantu individu belajar mengenali, mengekspresikan, dan mengelola kerentanan dengan cara yang adaptif.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar subjek berada pada kategori *marital attitudes* yang rendah. Berdasarkan hal tersebut, individu disarankan untuk membangun pemahaman yang

lebih realistis mengenai pernikahan dan tidak semata-mata mendasarkan pandangannya pada pengalaman perceraian orang tua.

## 2. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan dewasa awal yang memiliki orang tua bercerai cenderung mengalami *fear of intimacy* yang tinggi, yang ditandai dengan hambatan dalam membangun kedekatan emosional, serta *marital attitudes* yang rendah, yang tercermin dari pandangan negatif dan keraguan terhadap pernikahan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengalaman perceraian orang tua dapat memengaruhi cara anak memaknai hubungan intim dan komitmen jangka panjang di masa dewasa. Berdasarkan hal tersebut, orang tua pasca perceraian disarankan untuk tetap menjalankan peran pengasuhan secara konsisten serta menjaga hubungan yang hangat dan suportif dengan anak. Kehadiran emosional, empati, dan dukungan yang berkelanjutan diharapkan dapat membantu mengurangi rasa tidak aman emosional anak, sehingga berkontribusi dalam menurunkan *fear of intimacy*. Selain itu, orang tua disarankan untuk meminimalkan konflik di hadapan anak serta menghindari penyampaian pandangan negatif tentang pernikahan, agar anak dapat mengembangkan sikap yang lebih realistis dan positif terhadap hubungan jangka panjang dan pernikahan.