

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini peneliti akan memaparkan hasil interpretasi dan analisis yang telah dilakukan pada bab sebelumnya beserta saran yang sesuai dengan hasil penelitian.

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat ditarik suatu gambaran umum mengenai pola *attachment* ibu dan pasangan pada karyawan yang menjalani *long distance relationship* di Perusahaan Batik “X” Bandung sebagai berikut

1. Terdapat hubungan antara pola *attachment* terhadap ibu dan terhadap pasangan pada karyawan yang menjalani *long distance relationship* di Perusahaan Batik “X” Bandung, yang berarti pola *attachment* karyawan terhadap ibu dan pasangannya cenderung stabil.
2. Sebagian besar karyawan memiliki pola *attachment insecure* terhadap ibu dan terhadap pasangannya yang menjalani *long distance relationship*. Hal ini menunjukkan bahwa pola *attachment* yang sudah dimiliki karyawan dengan ibunya saat masa anak-anak berhubungan dengan pola *attachment* dengan pasangannya saat dewasa.
3. Terdapat keterkaitan antara pola *attachment* terhadap pasangan dengan faktor kepribadian karyawan yaitu *trait neuroticism* yang tinggi berkaitan dengan pola *attachment insecure* terhadap pasangan. Tidak terdapat keterkaitan antara pola *attachment* terhadap pasangan dengan faktor situasi dan perubahan serta perubahan skema relasional.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

- Dapat dijadikan masukan kepada peneliti yang ingin meneliti hubungan pola *attachment* terhadap ibu dan terhadap pasangannya saat dewasa yang menjalani *long distance relationship*.
- Bagi peneliti lain yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai pola *attachment* pada orang dewasa dengan melihat sejauh mana keterkaitan pola *attachment* dengan faktor-faktor yang memengaruhi pola *attachment* khususnya dengan faktor situasi dan perubahan, perubahan dalam skema relasional, serta faktor kepribadian.

5.2.2 Saran Praktis

- Karyawan yang menjalani *long distance relationship* dapat menggunakan informasi mengenai gambaran pola *attachment* yang dimilikinya untuk bahan evaluasi diri dan hubungan dengan pasangan. Karyawan yang memiliki pola *attachment insecure* terhadap pasangan diharapkan dapat mengembangkan pola *attachment secure* dengan cara menyesuaikan diri dengan kondisi *long distance relationship*, mengurangi rasa cemas terhadap pasangan, bersikap terbuka dan mengembangkan rasa percaya terhadap pasangan.
- Bagi karyawan yang akan menjalani *long distance relationship* hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi mengenai pola *attachment* terhadap pasangan dan mempersiapkan diri untuk menjalani *long distance relationship* agar tidak merasa khawatir jika tinggal berjauhan dengan pasangan.
- Psikolog atau praktisi di bidang psikologi keluarga dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk mengadakan seminar mengenai menjalani *long distance relationship* melalui tinjauan pola *attachment*.