

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan hasil data mengenai *adult attachment style* pada pasangan suami istri kompleks 'X' Jakarta maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Suami atau istri kompleks 'X' Jakarta memiliki *adult attachment style* yang berbeda-beda. Sebagian besar suami atau istri memiliki *adult attachment style* yang *secure*, namun tetap ada di antara mereka yang memiliki *adult attachment style preoccupied, dismissing, dan fearful*.
2. Suami atau istri kompleks 'X' Jakarta dengan *secure adult attachment style* memiliki relasi yang baik dengan orang tua pada masa anak-anak dan remaja.
3. Terdapat enam macam kombinasi *adult attachment style* di antara pasangan suami-istri di kompleks 'X' Jakarta, yakni *secure-secure, secure-preoccupied, secure-dismissing, secure-fearful, preoccupied-preoccupied, dan preoccupied-dismissing*.
4. Pasangan dengan kombinasi *secure-secure* ditunjang oleh adanya komunikasi yang baik dan rasa nyaman sehingga menimbulkan rasa percaya. Sedangkan pasangan yang meskipun sering berkomunikasi namun tetap memiliki kombinasi

secure-preoccupied, menandakan bahwa komunikasi tersebut hanya sebatas kuantitas dan belum sampai kualitas.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Kepada pasangan yang memiliki kombinasi *secure-preoccupied*, *secure-dismissing*, *secure-fearful*, *preoccupied-preoccupied*, dan *preoccupied-dismissing* untuk meningkatkan kualitas komunikasi dengan cara memperhatikan ekspresi non-verbal, mencoba untuk membicarakan hal-hal yang mendalam, serta saling memberi dukungan secara emosi.
2. Bagi pasangan suami-istri kompleks 'X' Jakarta, sebaiknya mengadakan pertemuan, seperti pada saat arisan, di mana mereka mengundang seorang psikolog dan dapat berdiskusi mengenai *adult attachment style*.
3. Kepada psikolog agar mempertimbangkan *adult attachment style* dalam membantu pasangan suami-istri, terutama mereka yang berada pada fase *middle-aged parent*, menyelesaikan masalah-masalah pernikahan yang mereka hadapi pada fase ini.

5.2.2 Saran Penelitian

1. Disarankan untuk melakukan penelitian yang berbentuk studi kasus dengan metode wawancara agar dapat menggali lebih dalam lagi mengenai kombinasi-kombinasi *adult attachment style* pasangan yang dapat muncul. Meskipun memiliki

kombinasi yang sama, namun setiap pasangan memiliki ciri khasnya sendiri yang dapat membedakannya dengan pasangan-pasangan lain.

2. Penelitian dilakukan dalam bentuk studi kasus yang bersifat longitudinal agar dapat meneliti lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya berbagai macam kombinasi *adult attachment style* pada pasangan.
3. Memperbanyak sampel penelitian agar lebih menggambarkan variasi dari *adult attachment style*.
4. Di dalam alat ukur, sebaiknya menggunakan kalimat yang konkrit sehingga tidak menimbulkan persepsi yang berbeda-beda di antara sampel penelitian.