

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa perceraian orang tua menjadi peristiwa awal yang memicu dinamika psikologis yang kompleks bagi individu pada masa dewasa awal. Proses ini berlangsung tidak hanya dalam waktu singkat, melainkan berlanjut seiring dengan perkembangan usia dan tahap kehidupan individu. Peristiwa perceraian tersebut bukan hanya berdampak pada struktur keluarga, tetapi juga menyentuh aspek emosional, sosial, dan eksistensial dari para partisipan.

Salah satu dampak utama yang dirasakan oleh partisipan adalah munculnya gejala emosional seperti kesedihan, kemarahan, dan kebingungan. Emosi-emosi ini berakar pada rasa kehilangan dan ketidakpastian akan masa depan, serta konflik batin terhadap figur orang tua. Perasaan tersebut tidak jarang membawa dampak lanjutan berupa gangguan psikologis seperti kecemasan, kesepian, bahkan depresi. Ketegangan ini sejalan dengan teori Hurlock yang menyebutkan bahwa masa dewasa awal adalah periode yang sarat dengan tekanan emosional dan kebutuhan akan penyesuaian diri.

Walau demikian, individu yang mengalami dampak perceraian ini tidak sepenuhnya terjebak dalam kondisi emosional negatif. Mereka menunjukkan kemampuan untuk melakukan proses adaptasi, baik melalui dukungan sosial dari lingkungan sekitar maupun melalui strategi pribadi dalam menghadapi tekanan.

Proses adaptasi ini menjadi fase penting yang membantu mereka beranjak dari krisis menuju proses pemulihan dan pembentukan makna baru dalam kehidupan mereka.

Dalam proses pencarian makna tersebut, spiritualitas memegang peranan penting sebagai sumber kekuatan batin dan ketenangan. Selain itu, pengalaman pahit masa lalu justru mendorong partisipan untuk menemukan nilai-nilai kehidupan yang baru, seperti pentingnya komunikasi, penerimaan diri, dan keinginan untuk membentuk keluarga yang lebih sehat di masa depan. Mereka tidak hanya belajar bertahan, tetapi juga tumbuh melalui perenungan dan refleksi atas pengalaman mereka.

Dengan demikian, meskipun pengalaman perceraian orang tua membawa luka yang dalam, individu dewasa awal yang menjadi partisipan dalam penelitian ini mampu menunjukkan proses transformasi positif. Proses tersebut mencerminkan kebermaknaan hidup yang dibentuk melalui kesadaran, perjuangan, dan pembelajaran dari pengalaman masa lalu. Hal ini memperkuat pandangan bahwa makna hidup dapat tumbuh dari kondisi sulit, selama individu mampu mengenali dan mengolah pengalaman tersebut secara reflektif.

Kesimpulannya, kebermaknaan hidup bagi dewasa awal yang mengalami perceraian orang tua merupakan hasil dari proses panjang yang melibatkan dinamika emosional, adaptasi aktif, dan pencarian nilai-nilai baru. Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun perceraian orang tua menjadi pengalaman yang menyakitkan, individu tetap memiliki potensi untuk bertumbuh, membangun kekuatan internal, dan merancang kehidupan yang lebih bermakna ke depannya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi masyarakat awam.

Dengan banyaknya kasus perceraian orang tua di Indonesia yang melibatkan banyak anak sebagai korban nya maka diharapkan setiap pihak dapat lebih *aware* terhadap isu ini.

2. Bagi individu dewasa awal yang mengalami kasus perceraian orangtua dan yang bersinggungan

Bagi individu dewasa awal yang mengalami kasus perceraian orangtua dan yang bersinggungan diharapkan mampu menemukan makna hidup pada diri masing-masing agar mampu untuk terus bertahan dalam setiap hambatan yang dilalui.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan banyaknya populasi individu dewasa awal yang mengalami kasus perceraian orangtua di Indonesia dan hasil penelitian ini maka bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih dalam tentang individu dewasa awal yang mengalami kasus perceraian orangtua yang berhasil sempurna menemukan makna hidup mereka serta dampaknya sehingga lebih memperkaya informasi tentang kebermaknaan hidup pada dewasa awal yang mengalami kasus perceraian orang tua khususnya di kota palu.