

BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan yang sebagai berikut:

1. Gambaran umum kelekatan pada orang dewasa di Desa Sukasukur berada pada kategori tinggi sebesar 98% dengan frekuensi 92 orang yang digambarkan dengan tingginya *secure attachment* dan rendahnya *preoccupied attachment*, *dismissing attachment*, serta *fearful attachment*. Hal ini menandakan bahwa hampir seluruh responden memiliki hubungan kelekatan yang kuat dengan masing-masing pasangannya.
2. Gambaran umum kedukaan pada orang dewasa pasca kematian pasangan hidup di Desa Sukasukur berada pada kategori sedang sebesar 53% dengan frekuensi 49 orang. Hasil tersebut dapat dilihat berdasarkan tingginya aspek depresi, sedangkan aspek kecemasan dan aspek kedukaan spesifik berada pada kategori sedang.
3. Terdapat hubungan positif dengan tingkat hubungan yang sangat kuat sebesar 0,941 antara kelekatan dan kedukaan pada orang dewasa di Desa Sukasukur pasca kematian pasangan hidup.
4. *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR) dapat dijadikan sebagai teknik konseling yang digunakan untuk membantu mereduksi kedukaan pada orang dewasa yang mengalami kedukaan pasca kematian pasangan hidup di Desa Sukasukur.

B. Rekomendasi

1. Bagi Warga Desa Sukasukur

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kelekatan yang dialami pada responden berada pada kategori tinggi. Sedangkan kedukaan yang dialami berada pada tingkat kedukaan tinggi. Berdasarkan hal tersebut, seandainya responden tidak menikah setelah kematian pasangan hidup maka kelekatan

yang dimiliki perlu dipertahankan untuk menjalin hubungan dengan figure kelekatan lainnya seperti anak, keluarga ataupun sahabat. Selain itu orang dewasa yang mengalami kedukaan perlu memperhatikan kondisinya sehingga dapat memahami kebutuhannya untuk dapat mengurangi kedukaan yang dialami.

2. Bagi Pemerintah Desa Sukasukur

Bagi pemerintah Desa Sukasukur diharapkan dapat memperhatikan mentalitas warga selain memperhatikan kondisi sosial, ekonomi dan pendidikan. Hal ini dapat direalisasikan dengan mengadakan acara berkaitan dengan peningkatan kondisi mental bagi warga Desa Sukasukur.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menerapkan teknik konseling *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR) sebagai upaya untuk membantu mereduksi kedukaan yang dialami warga Desa Sukasukur pasca kematian pasangan hidup.

