

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal antara ibu dan anak berperan penting dalam proses pemulihan emosional anak usia dewasa awal pada keluarga *non-intact* pasca perceraian. Penelitian ini menemukan bahwa pemulihan emosional berlangsung secara bertahap melalui keterbukaan, empati, dukungan emosional, sikap positif, dan kesetaraan dalam komunikasi. Komunikasi yang suportif dan konsisten membantu anak mengekspresikan perasaan, membangun kembali rasa aman, serta beradaptasi dengan kondisi pasca perceraian. Namun, proses tersebut masih menghadapi hambatan berupa jarak emosional, pengalaman traumatis, keterbatasan keterbukaan, dan kecenderungan anak untuk menahan perasaan agar tidak membebani ibu. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal yang terbuka, empatik, dan suportif menjadi faktor penting dalam mendukung pemulihan emosional anak pasca perceraian.

5.2 Saran

1. Saran praktis

Bagi orang tua dalam keluarga *non-intact*, disarankan untuk lebih meningkatkan kualitas komunikasi interpersonal dengan menciptakan suasana yang aman dan tidak menghakimi agar anak merasa nyaman dalam menyampaikan perasaan. Orang tua juga perlu menunjukkan empati secara konsisten, baik melalui perkataan maupun tindakan, serta menjaga stabilitas emosi saat berkomunikasi agar tidak menimbulkan ketidaknyamanan bagi anak. Selain itu, penting bagi orang tua untuk membangun komunikasi yang santai dan terbuka agar hubungan dengan anak menjadi lebih dekat dan harmonis.

Bagi anak, disarankan untuk mulai membangun keberanian dalam mengungkapkan perasaan secara bertahap kepada orang tua, sehingga tidak terjadi penumpukan emosi yang dapat berdampak pada kondisi psikologis.

2. Saran Akademis

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan melibatkan jumlah dan variasi informan yang lebih luas, seperti melibatkan peran ayah atau anggota keluarga lainnya, sehingga hasil penelitian menjadi lebih komprehensif. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan longitudinal untuk melihat perkembangan komunikasi interpersonal dalam jangka panjang. Penggunaan kombinasi metode kualitatif dan kuantitatif juga disarankan agar hasil penelitian lebih mendalam dan memiliki tingkat generalisasi yang lebih baik, serta mengkaji lebih spesifik hubungan antara komunikasi interpersonal dengan kondisi psikologis anak

