

BAB V

SIMPULAN

BAB V terdiri atas simpulan penelitian yang berisi: simpulan penelitian yang dilakukan, implikasi yang didapat dari penelitian, dan rekomendasi bagi pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian ini serta bagi peneliti selanjutnya.

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara gaya kelekatan dan keberfungsian keluarga pada *sandwich generation*. Individu yang memiliki gaya kelekatan aman cenderung memiliki keberfungsian keluarga yang tinggi. Individu yang memiliki gaya kelekatan cemas cenderung memiliki keberfungsian keluarga yang rendah. Sedangkan individu yang memiliki gaya kelekatan menghindar cenderung memiliki keberfungsian keluarga yang rendah. Temuan lain pada penelitian ini adalah: 1) terdapat perbedaan yang signifikan pada gaya kelekatan aman dan gaya kelekatan menghindar berdasarkan status pernikahan dan 2) terdapat perbedaan yang signifikan pada gaya kelekatan cemas berdasarkan gender.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Bagi *Sandwich Generation*

Saran bagi *sandwich generation*, agar keluarga berfungsi dengan baik gunakan gaya kelekatan aman, misalnya dengan cara keterbukaan dengan keluarga, adanya kedekatan, dan komunikasi yang baik. Hindari penggunaan gaya kelekatan cemas, misalnya tidak adanya kepercayaan terhadap lingkungan sekitar, bersikap terlalu sensitif, dan perasaan cemas yang berlebihan ketika berhubungan dengan orang lain. Selain itu, hindari juga penggunaan gaya kelekatan menghindar, misalnya menjauh atau menghindar dari lingkungan sekitar, tidak terlibat secara emosional dan afektif dengan keluarga, dan merasa tidak membutuhkan hubungan dekat dengan oranglain untuk bahagia.

5.2.2 Saran Bagi Akademis

Bagi pengembangan akademis terutama peneliti selanjutnya, jika akan melakukan penelitian terkait *sandwich generation* sebaiknya lebih menggali atau lebih detail mengenai kondisi *sandwich generation* seperti tambahan data pada demografi kuesioner yaitu penghasilan dan jumlah tanggungan keluarga.