

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa *anxious attachment style* dan *fear of loneliness* dapat mempengaruhi secara signifikan terhadap *toxic relationship* pada dewasa awal di Bandung. Hal ini menunjukkan bahwa pola keterikatan, yang ditandai dengan rasa cemas akan penolakan atau ditinggalkan, serta ketakutan akan kesepian, dapat meningkatkan kerentanan seseorang terhadap hubungan yang tidak sehat. Temuan ini memberikan gambaran bahwa faktor psikologis dan emosional memainkan peran penting dalam membentuk dinamika hubungan romantis, khususnya pada kelompok usia dewasa awal yang sedang berada dalam tahap perkembangan hubungan yang lebih serius.

#### 5.2. Rekomendasi

Penelitian ini menemukan bahwa *anxious attachment style* dan *fear of loneliness* berkontribusi terhadap *toxic relationship*. Peneliti berharap peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut mengenai *toxic relationship* dan faktor-faktor pendukung didalamnya. Selain itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi variabel lain yang mungkin berperan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang dinamika *toxic relationship* serta upaya pencegahannya.