

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika kematangan emosional pada ketiga subjek yang terjadi sejak masa kecil, masa remaja dan masa dewasa begitu beragam. Pada masa kecil hanya subjek 3 yang memiliki kematangan emosional karena adanya dukungan emosional dari saudara laki – laki, pengetahuan terkait gangguan skizofrenia dan pengaruh teman sebaya. Sementara subjek 1 & 2 tidak memiliki kematangan emosional karena harus menghadapi masalah yang begitu kompleks yaitu ketidakmampuan menghadapi kenyataan ibu mengalami gangguan skizofrenia dan perceraian orangtua. Kemudian pada masa remaja ketiga subjek menunjukkan ketidakmatangan emosional karena lemahnya peran dan kondisi ibu/orangtua dengan gangguan skizofrenia yang berdampak negatif pada model pola asuh. Tidak hanya itu, faktor lingkungan berupa stigma negatif dan pengaruh teman sebaya juga memengaruhi terjadinya ketidakmatangan emosional di masa remaja. Ketidakmatangan emosional pada ketiga subjek masih berlangsung sampai masa dewasa awal. Terjadinya ketidakmatangan emosi di masa sekarang akibat dari berbagai macam tekanan – tekanan dan

pengalaman yang tidak menyenangkan dan ketidakmampuan menyesuaikan diri dengan perubahan atau realita yang ada.

B. Saran

1. Subjek

- a. Diharapkan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait gangguan mental agar dapat memahami secara detail gejala – gejala, kondisi saat mengalami kekambuhan dan model perawatan agar dapat meminimalisir reaksi – reaksi emosi negatif.
- b. Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran emosional dan afirmasi emosional dengan tujuan meningkatkan kematangan emosional dengan cara belajar untuk lebih mengekspresikan perasaan, mengetahui dampak – dampak apa saja yang terjadi ketika emosi menjadi lebih positif atau negatif dan belajar mengidentifikasi akar emosi negatif muncul. Selain itu, mencari alternatif solusi yang terbaik seperti mengunjungi pakar kesehatan mental seperti seorang psikolog dengan tujuan meminimalkan atau bahkan menghilangkan gejala – gejala yang mengarah pada gangguan mental.

2. Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan tema yang lebih mendalam dengan melihat dinamika kematangan emosional pada orang dewasa awal dengan melihat perbandingan jenis – jenis skizofrenia.
- b. Peneliti selanjutnya bisa melanjutkan penelitian ini dengan menggunakan metode yang lain seperti metode kuantitatif agar dapat melihat secara umum gambaran mengenai dinamika kematangan emosional yang terjadi pada orang dewasa awal yang memiliki orangtua gangguan skizofrenia.

3. Psikolog

- a. Melakukan pendekatan psikologis kepada anak - anak, remaja dan orang dewasa awal yang hidup dengan orangtua dengan gangguan skizofrenia untuk dapat memahami persoalan – persoalan psikologis yang dihadapi.
- b. Langkah selanjutnya memberikan intervensi yang tepat dengan tujuan agar meminimalkan gangguan skizofrenia orangtua agar tidak berdampak buruk kehidupan anak - anak mereka.
- c. Memberikan perhatian penuh khususnya kepada psikolog dan semua pakar kesehatan mental untuk lebih

mempedulikan kesehatan mental dan perkembangan emosional dari anak – anak yang memiliki orangtua mengalami gangguan skizofrenia dan gangguan psikotik lainnya.

