

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Pada penelitian ini menjelaskan bahwa remaja yang kehilangan peran ayah (*fatherless*) menghadapi tantangan besar, baik secara emosional maupun sosial dalam proses adaptasi mereka. Kehilangan seorang ayah membawa dampak mendalam terhadap perkembangan emosi, cara pandang dan perilaku mereka. Namun, mereka juga menunjukkan kemampuan resiliensi yang kuat melalui berbagai aspek seperti regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis kausal, kemampuan menyelesaikan masalah (*self efficacy*) serta kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan (*reaching out*).

Proses resiliensi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor pendorong baik dari aspek individu, keluarga maupun lingkungan sosial. Dukungan dari keluarga seperti ibu atau teman dekat menjadi sumber utama yang membantu remaja menghadapi tekanan emosional dan memotivasi mereka untuk melanjutkan hidup. Selain itu, teman dan lingkungan sosial juga menjadi salah satu sistem pendorong sebagai tempat berbagi, memberikan validasi emosi dan menciptakan ruang yang nyaman bagi mereka yang ditinggal ayahnya sebagai tempat tumbuh dan berkembang. Para remaja di atas memiliki pengalaman yang beragam, mereka memiliki cara untuk bangkit dengan memanfaatkan dukungan sosial di sekitarnya, menemukan hiburan dalam hubungan interpersonal dan mengeksplorasi aktivitas positif untuk mengalihkan fokus dari kesedihan. Faktor-faktor internal seperti kedewasaan, emosional, motivasi untuk mencapai tujuan dan kesadaran akan tanggung jawab juga menjadi alasan penting dalam membentuk resiliensi mereka.

Kesimpulan ini menunjukkan bahwa meskipun kehilangan sosok ayah menciptakan tantangan yang besar dan rasa kehilangan yang sangat membekas, remaja memiliki kapasitas untuk beradaptasi dan bangkit dengan dorongan dan pendukung dari lingkungan sekitarnya. Dukungan dari keluarga, teman dan organisasi yang dijalani menjadi faktor pendorong dalam membantu mereka untuk membangun dan melanjutkan kembali kehidupan mereka, menemukan

makna dan mencapai stabilitas emosional yang lebih baik. Proses ini tidak hanya mencerminkan kemampuan bertahan tetapi juga pertumbuhan dan perkembangan yang bermakna.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa tingginya angka kematian laki-laki dan perceraian di Jakarta Selatan memerlukan perhatian lebih untuk mencegah dampak jangka panjang pada generasi muda yang kehilangan peran dan sosok ayah. Langkah yang bisa diambil dengan melalui program pemerintah Kementerian Sosial yang membentuk bimbingan konseling keluarga, edukasi serta penguatan peran komunitas menjadi dukungan dan bentuk yang penting untuk mendampingi anak-anak dalam proses beradaptasi tumbuh kembang yang sehat meskipun dalam kondisi *fatherless*

