BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Gambaran koping religius pada janda dewasa madya pasca kematian pasangan hidup digambarkan dengan koping religius yang sangat kuat pada subjek, khususnya koping religius positif, karena mereka merasa sangat bergantung kepada Allah dan sangat membutuhkan Allah, dengan adanya peran dari Allah itu sendiri maka subjek merasakan banyak manfaat menjadi lebih bersabar dan ikhlas dalam mengahdapi masalah hidup pasca kematian pasangan hidup. Seakan waktu tidak terlepas dari pertolongan Allah, sehingga subjek lebih mampu mengambil pelajaran dalam hidup. Hanya beberapa kasus yang merasa pernah mengeluh namun setelah beberapa waktu dan karena intensitas mengikuti kegiatan keagamaan di masyarakat sekitar serta seringnya berkumpul dengan oranglain menjadikannya mampu memahami dan menerima apa yang menimpanya. Dalam kasus ini semua subjek cenderung menanggap musibah itu baik, dan dijadikan pelajaran bagi mereka. Ketika ada maslah subjek juga lebih sering menyelesaikan dengan cara lebih mendekatkan diri kepada Allah serta dengan mengintropeksi diri mereka kembali, dengan adanya masalah tersebut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Dampak psikologis koping religius pada janda dewasa madya berperan baik dalam memberikan dukungan kenyamanan hidup subjek, karena subjek sangat percaya bahwa Allah akan membimbing mereka dengan memberikan solusi kepadanya. Sikap subjek dalam menghadapi musibah berdasarkan nilai-nilai religiusitas mampu memberikan dampak yang positif bagi psikologis subjek, juga mengurangi tekanan pada diri ketiga subjek. Hal inilah yang membuat hati subjek lebih tenang, nyaman, sabar, menghilangkan stres, memudahkan kehidupan, dan lebih bisa berpikir positif dalam menghadapi masalah kehidupan pasca kematian pasangan hidup.

B. Saran

1. Bagi ibu yang berperan sebagai orangtua tunggal

   Pada penelitian ini menghasilkan bahwa banyak hal positif yang bisa dilakukan oleh seorang ibu yang berstatus janda untuk mampu menyelesaikan masalah demi masalah dengan tidak melupakan unsur agama, karena agama menjadi pedoman hidup yang menjadikan seseorang tenang, tentram, baik dunia maupun akhirat. Sehingga dengan adanya agama mampu menurunkan rasa tekanan ketika ada masalah.

2. Bagi Lembaga Swadaya Masyarakat

   Bagi konselor dilembaga swadaya baik formal maupun informal perlu membangun kembali harapan positif yang berkenaan dengan penanganan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kecemasan pada janda pasca kematian pasangan hidup melalui koping religius.

3. Bagi masyarakat luas

   Bagi masyarakat sekitar yang memiliki anggota keluarga atau tetangga yang berstatus janda tidak perlu ikut mencela mereka.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Peneliti selanjutnya yang ingin membahas tentang koping religius diharapkan membandingkan dengan jenis kelamin yang lain (duda) supaya mendapatkan gambaran koping religius yang lebih menyeluruh dengan memperhatikan kedalaman melakukan wawancara dan observasi. Sebaiknya peneliti yang ingin menggunakan topik yang serupa, melakukan penelitian dengan pendekatan kuantitatif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id