

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan metode penelitian serta analisis data dapat disimpulkan empat hal sebagai berikut:

1. Kesejahteraan psikologis anak adopsi pada keluarga SI di Lampung dan Mj di Yogyakarta

Tiga anak adopsi pada keluarga SI di Lampung dan satu anak adopsi pada keluarga Mj di Yogyakarta terpenuhi keenam dimensi kesejahteraan psikologisnya (*psychological wellbeing*), mulai dari: a) sikap menerima dirinya sebagai anak adopsi, b) mempunyai hubungan yang positif dengan orang lain, terutama orangtua angkat dan saudara, c) memiliki otonomi hidup (kebebasan menentukan pilihan, sekolah misalnya), d) mampu menguasai lingkungan (berperan serta aktif dalam kegiatan sosial di lingkungan sekolah dan masyarakat), e) memiliki tujuan hidup yang jelas (ingin membahagiakan orangtua, baik orangtua kandung [tiga anak adopsi pada keluarga SI] maupun orangtua angkat), dan f) serta pertumbuhan pribadi yang baik, yakni tahap-tahap pencapaian prestasi.

2. Metode memenuhi kesejahteraan psikologis anak adopsi

Metode memenuhi kesejahteraan psikologis anak adopsi sehingga terhindar dari krisis identitas dan gangguan emosi adalah keterbukaan sejak awal (bagi anak adopsi yang masih memiliki orangtua kandung) dan tertutup sejak awal (bagi anak yang sudah tidak memiliki orangtua

kandung). Batas keterbukaan itu adalah pernikahan, sehingga orangtua angkat wajib memberi tahu hal yang sebenarnya kepada anak adopsi setelah dinikahkan. Hal ini disebabkan karena setiap orang yang telah menikah, maka statusnya bukanlah anak lagi, melainkan orang dewasa bahkan orang tua yang telah matang sosio-emosionalnya sehingga telah siap menghadapi realitas hidup.

3. Strategi meningkatkan kesejahteraan psikologis anak adopsi

Strategi meningkatkan kesejahteraan psikologis anak adopsi adalah dengan tiga cara, yakni syukur, regulasi emosi, dan *mindfulness*. Subyek penelitian, khususnya Pi bersyukur karena merasa diselamatkan hidupnya, sedangkan subyek penelitian yang lain bersyukur karena dididik dan dibesarkan orangtua angkat yang ikhlas. Subyek penelitian juga dapat meregulasi emosinya dengan cara tidak memaksakan kehendak jika orangtuanya tidak menyetujui. Subyek penelitian juga mampu menikmati setiap momen sebagai bentuk ujian hidup dari Allah SWT.

4. Faktor penentu kesejahteraan psikologis anak adopsi

Faktor penentu kesejahteraan psikologis anak adopsi adalah keikhlasan orangtua angkat beserta keharmonisan keluarga orangtua angkat. Anak yang diadopsi oleh keluarga yang lebih agamis atau religius (*ikhlas*) dan lebih harmonis daripada keluarga kandung, berpotensi lebih besar mampu dapat memberikan kesejahteraan psikologis anak yang diadopsinya

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam dua hal. *Pertama*, faktor penentu penerimaan diri pada anak adopsi masih didominasi faktor eksternal, yakni keikhlasan orangtua angkat. *Kedua*, metode anak adopsi dalam mengatasi krisis identitas dan gangguan emosi juga masih didominasi faktor eksternal, yakni keterbukaan sejak awal dan atau tertutup sejak awal orangtua angkat.

Mengacu pada keterbatasan penelitian tersebut, maka untuk penelitian selanjutnya disarankan agar mencari hingga menemukan faktor penentu kesejahteraan psikologis pada anak adopsi yang sifatnya internal atau independensi. Demikian pula dengan metode anak adopsi dalam mengatasi krisis identitas dan gangguan emosi, diharapkan diteliti lebih lanjut agar menemukan metode mengatasi krisis identitas dan gangguan emosi secara mandiri, tidak lagi tergantung pada cara-cara orangtua angkat, sehingga diadopsi oleh keluarga manapun, anak adopsi tetap bisa memiliki kesejahteraan psikologis.