

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran disonansi kognitif pada dewasa akhir yang tinggal di Lingkungan Perkotaan beragam, sesuai dengan masing-masing subjek. Hal ini didasarkan pada dimensi disonansi kognitif, yaitu ketegangan psikologis, motivasi untuk mengurangi ketegangan, tingkat penghargaan, dan kepatuhan paksa. Adapun ketegangan psikologis yang dirasakan keempat disebabkan oleh stresor lingkungan perkotaan. Kemudian, subjek mencoba untuk memotivasi dirinya agar ketegangan tersebut dapat berkurang. Selain itu, semakin tinggi tingkat penghargaan atas perilaku yang bertentangan dengan sikap dan keyakinan, maka semakin kecil tingkat disonansi. Tingkat penghargaan masing-masing subjek tinggi. Subjek merasa dihargai oleh anak, istri, suami, maupun lingkungan sekitarnya. Namun, juga terdapat kepatuhan paksa. Semua subjek tetap bertahan pada kondisi yang penuh stres dikarenakan perintah orang tua, menuruti keinginan suami dan anaknya.
2. Terdapat tiga faktor disonansi kognitif pada dewasa akhir yang tinggal di Lingkungan Perkotaan, yaitu faktor kepentingan, rasio disonansi, dan rasionalitas. Faktor kepentingan meliputi keyakinan, sikap, dan perilaku yang nampak. Dimana faktor ini memainkan peran yang sangat penting

dibandingkan faktor lainnya. Selanjutnya, PRM, MLA, dan SKT dipengaruhi oleh faktor rasio disonansi. Jumlah kognisi disonan lebih besar dibandingkan kognisi konsonan, maka rasionya bernilai negatif. Hasilnya berupa inkonsistensi atau disonansi. Sementara RDY berbeda. Jumlah antara kognisi disonan dan konsonannya sama, artinya subjek mengalami sedikit inkonsistensi atau disonansi. Adapun faktor rasionalitas juga dimiliki masing-masing subjek. Subjek menyangkal konflik atau permasalahan yang dihadapi. Dimana lingkungan perkotaan memiliki berbagai stressor, tetapi subjek mampu menyangkalnya.

3. Upaya untuk mengurangi disonansi kognitif pada dewasa akhir yang tinggal di Lingkungan Perkotaan didasarkan pada tiga elemen kognisi, yaitu elemen tingkah laku, elemen kognitif lingkungan, dan elemen kognitif baru. Dimana elemen tingkah laku dan elemen kognitif lingkungan dirubah. Sementara elemen kognitif baru ditambahkan. Keempat subjek berusaha mengubah elemen tingkah laku. Dimana PRM, MLA, dan SKT berusaha mencari kegiatan lain untuk mengurangi inkonsistensi. Berbanding terbalik dengan RDY. Subjek memilih bertahan pada inkonsistensi. Hal tersebut dikarenakan subjek memiliki sikap yang positif. Meskipun demikian, RDY juga berusaha mengubah elemen tingkah laku. Dengan cara mencari pekerjaan sampingan. Keempat subjek berusaha untuk mempengaruhi orang-orang disekitarnya atau mencoba untuk mengubah elemen kognitif lingkungan. Subjek juga menambahkan elemen kognitif baru. Hal tersebut bertujuan sebagai pembenaran dari perilakunya.

Diantara ketiga upaya yang ada, menambah elemen kognitif baru merupakan upaya yang paling relevan.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi dewasa akhir yang mengalami stresor lingkungan maupun ketegangan lainnya, seharusnya diimbangi dengan kegiatan-kegiatan positif. Dimana pekerjaan yang menghasilkan pendapatan yang tinggi tidak menjamin dewasa akhir dapat mengurangi inkonsistensi dalam dirinya. Namun, jika dewasa akhir melakukan relaksasi, meditasi, dan rekreasi jauh lebih baik dibandingkan harus bekerja penuh. Hal ini dapat membantu subjek dalam mengurangi inkonsistensi dalam dirinya.
2. Bagi masyarakat seharusnya memahami terkait gambaran, faktor-faktor, maupun upaya untuk mengurangi disonansi kognitif. Hal ini sangat berguna ketika menemukan keluarga, saudara, maupun tetangga yang mengalami disonansi kognitif. Kemudian, masyarakat dapat menghubungi psikolog terdekat guna mendapatkan arahan dari permasalahan yang dihadapinya.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkaji lebih dalam mengenai gambaran, faktor-faktor, dan upaya untuk mengurangi disonansi kognitif. Hal ini dikarenakan minimnya bahan referensi yang ada. Kemudian, penelitian selanjutnya diharapkan memiliki variasi dalam berbagai budaya agar memperkaya data penelitiannya. Ditambah lagi dengan adanya penelitian di

lingkungan perkotaan besar, kecil, maupun sedang. Hal tersebut sangat berguna sebagai pembanding hasil penelitiannya.