Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

Perpustakaan Univeristas Multimedia Nusantara

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada pasangan muda penderita *postpartum disorder* pascakelahiran anak pertama, terdapat beberapa simpulan dan temuan menarik untuk menjawab pertanyaan penelitian, yaitu sebagai berikut.

1. Komunikasi antarpribadi memiliki peranan penting dalam hubungan pasangan muda penderita *postpartum disorder*. Komunikasi yang dilakukan dapat memperlihatkan bagaimana hubungan yang terjadi melalui pesan verbal maupun nonverbal yang dilakukan pasangan. Dalam melakukan komunikasi antarpribadi, terjadi hambatan berupa hambatan *physical noise* dan *psychological noise*. Pasangan yang mengalami *postpartum disorder* juga masuk ke dalam tipe pasangan tradisional yang cenderung memiliki kebebasan dalam mengungkapkan dan membagikan perasaan satu sama lain. Komunikasi antarpribadi yang terjadi di antara pasangan muda *postpartum disorder* sudah dikategorikan efektif karena sudah memenuhi lima kualitas efektivitas komunikasi antarpribadi yang terdiri dari *openness, empathy, supportiveness, positiveness,* dan *equality*.

2. Keterbukaan diri individu berupa penyampaian perasaan dan permasalahan pada pasangan muda penderita *postpartum disorder* sangat diperlukan dalam hubungan untuk memudahkan pasangan memahami kepribadian dan keinginan pasangannya, serta menyelesaikan permasalahan bersama. Bentuk keterbukaan diri yang dilakukan berupa pembahasan mengenai perasaan emosional, cerita keseharian, gejala yang dialami saat *postpartum disorder,* hal ke depan yang harus pasangan dilakukan, serta permasalahan rumah tangga lainnya.
3. Pengembangan hubungan yang terjadi pada pasangan muda penderita *postpartum disorder* pascakelahiran anak pertama melewati beberapa tahapan yang dimulai dari *contact, involvement, intimacy, deterioration,* dan *repair*. Namun, pasangan yang memulai hubungan melalui pertemanan, memiliki tahapan tersendiri yang mengikuti tahapan pengembangan persahabatan untuk selanjutnya melakukan komitmen dalam *romantic relationship*. Tahapan *dissolution* tidak terjadi, sebab *postpartum disorder* bukan menjadi sebuah konflik yang dapat membuat terjadinya pemutusan hubungan berupa perceraian suami istri. Dalam setiap tahapannya, pasangan muda penderita *postpartum disorder* melakukan komunikasi antarpribadi dengan efektif dengan cara melakukan enam cara berkomunikasi, yaitu *be nice, communicate, be open, give assurances, share joint activities, be positive,* dan *be empathic*.

4. Bentuk komunikasi tatap muka sangat berkaitan erat dengan kepuasan penyampaian pesan pada pasangan muda penderita *postpartum disorder* yang melakukan hubungan pernikahan jarak jauh karena dianggap memiliki nilai lebih dibandingkan menggunakan media lainnya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan di atas, terdapat beberapa saran yang ditujukan sebagai upaya untuk pengembangan penelitian selanjutnya. Saran akademis dan praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Saran Akademis

Penelitian mengenai tahapan pengembangan hubungan dan keterbukaan diri pasangan muda penderita *postpartum disorder* dilakukan penelitian kembali dengan unit analisis individu agar penelitian yang dikaji lebih komprehensif dan mendalam.

2. Saran Praktis

Pasangan muda yang mengalami *postpartum disorder* dapat mempertahankan dan meningkatkan keterbukaan diri antarpasangan mengenai perasaan dan permasalahan yang dihadapi dalam rumah tangga.