

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Penelitian ini mengungkap bahwa pemahaman dan penerapan *love language* dalam komunikasi antarpribadi berpengaruh signifikan dalam memperkuat kualitas pernikahan. Keenam informan dari tiga pasangan menunjukkan kesadaran terhadap konsep *love language* yang diperoleh dari sumber seperti media sosial, teman, website, atau pasangan, dengan *quality time* sebagai *love language* dominan yang mencerminkan kebutuhan koneksi emosional di tengah kesibukan keluarga dan pekerjaan. Praktik *love language*, seperti rutinitas *quality time* malam hari, *act of service*, dan *words of affirmation*, disesuaikan dengan dinamika hubungan, menunjukkan fleksibilitas dalam memenuhi kebutuhan emosional pasangan. Perubahan dalam komunikasi antarpribadi terjadi pada beberapa informan. Dampak *love language* terlihat pada peningkatan komunikasi, pengurangan konflik, penguatan ikatan emosional, dan perasaan dihargai yang berkontribusi pada keharmonisan pernikahan. Upaya penerapan *love language* melibatkan rutinitas harian, kesadaran pribadi, penanganan konflik melalui diskusi atau empati, dan pencarian informasi tambahan oleh beberapa informan, mencerminkan komitmen untuk menjaga hubungan. Konflik sering menjadi pemicu kesadaran akan pentingnya *love language*, meskipun beberapa informan menyadarinya sejak awal pernikahan, menegaskan peran komunikasi terbuka dan empati dalam dinamika pernikahan.

Temuan ini menegaskan bahwa *love language* bukan sekadar sarana ekspresi cinta, melainkan fondasi komunikasi antarpribadi yang memperdalam pemahaman dan empati dalam pernikahan. Dominasi *quality time* menunjukkan bahwa di tengah tekanan modern seperti kesibukan kerja dan *parenting*, pasangan memprioritaskan koneksi emosional untuk menjaga keintiman, mencerminkan adaptasi terhadap tantangan zaman. Perubahan dan konsistensi dalam ekspresi cinta mengindikasikan bahwa pernikahan merupakan proses dinamis yang membutuhkan pembelajaran berkelanjutan. Dampak positif, seperti pengurangan konflik dan

perasaan dihargai, menyoroti bahwa *love language* memfasilitasi validasi emosional. Upaya penerapan *love language*, baik melalui rutinitas maupun penanganan konflik, menggambarkan komitmen emosional yang mendalam, dengan konflik sebagai pendorong untuk memperkuat komunikasi. Secara keseluruhan, temuan ini mengimplikasikan bahwa *love language* merupakan mekanisme strategis untuk menghadapi kompleksitas hubungan pernikahan, serta menawarkan wawasan praktis bagi pasangan untuk membangun hubungan yang harmonis, intim, dan berkelanjutan melalui komunikasi yang berpusat pada empati dan pemahaman bersama

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Akademis**

Penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang peran *love language* dalam komunikasi antarpribadi dan kualitas pernikahan, namun terdapat beberapa keterbatasan yang dapat diatasi dalam penelitian lanjutan. Pertama, jumlah informan yang terbatas pada tiga pasangan suami istri membatasi generalisasi temuan. Penelitian selanjutnya dapat memperluas sampel dengan memasukkan pasangan dari latar belakang budaya, usia pernikahan, atau kondisi sosial dan ekonomi yang lebih beragam untuk mengeksplorasi variasi penerapan *love language*. Kedua, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan wawancara semi-terstruktur, yang meskipun mendalam, namun kurang menangkap data kuantitatif tentang intensitas atau frekuensi penerapan *love language*. Penelitian mendatang dapat mengadopsi pendekatan *mixed-methods* dengan menggabungkan kuesioner berbasis skala (seperti adaptasi dari *Love Language Profile* Chapman) dengan wawancara untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif.

Ketiga, teori Chapman menjadi acuan utama, tetapi kurang mengeksplorasi teori komunikasi antarpribadi lain, seperti model transaksional atau teori dialektika relasional, yang dapat menjelaskan dinamika konflik dan adaptasi *love language*. Peneliti selanjutnya dapat mengintegrasikan teori tersebut untuk memperkaya analisis. Selain itu, fokus pada pernikahan membatasi pemahaman tentang *love language* dalam konteks hubungan lain, seperti hubungan non-romantis. Penelitian

lanjutan dapat memperluas ruang lingkup ke hubungan tersebut untuk menguji relevansi universal *love language*. Kemudian, pengembangan penelitian dapat mencakup panduan pelatihan komunikasi berbasis *love language* untuk konselor pernikahan, dengan penelitian eksperimental untuk mengukur efektivitasnya dalam meningkatkan kepuasan hubungan.

### 5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan temuan bahwa *love language* meningkatkan keharmonisan pernikahan melalui komunikasi antarpribadi, beberapa rekomendasi praktis dapat diajukan. Pertama, bagi masyarakat, khususnya pasangan suami istri, disarankan untuk secara proaktif mendiskusikan *love language* masing-masing sejak awal pernikahan atau saat menghadapi konflik dengan menggunakan alat sederhana seperti kuesioner *love language* untuk memahami kebutuhan emosional pasangan. Hal tersebut dapat mengurangi miskomunikasi dan memperkuat ikatan emosional. Kedua, lembaga penyuluhan keluarga atau komunitas keagamaan dapat mengintegrasikan edukasi *love language* dalam program pranikah atau konseling pernikahan, dengan berfokus pada rutinitas seperti *quality time* malam hari untuk membantu pasangan membangun keintiman di tengah kesibukan.

Ketiga, bagi industri media, seperti platform media sosial atau penyedia konten digital, disarankan untuk mengembangkan konten edukatif yang interaktif, seperti video atau webinar tentang penerapan *love language*. Konten tersebut dapat menargetkan pasangan muda untuk meningkatkan kesadaran dini tentang pentingnya komunikasi berbasis empati. Keempat, pemerintah dapat mendukung pelatihan konselor berbasis *love language* untuk meningkatkan efektivitas penyuluhan keluarga, khususnya di daerah dengan tingkat perceraian tinggi. Kemudian, pasangan disarankan untuk fleksibel dalam menyesuaikan *love language* dengan perubahan kebutuhan untuk menjaga relevansi ekspresi cinta seiring waktu, sehingga mendukung hubungan yang berkelanjutan dan harmonis.