

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian terkait Komunikasi Interpersonal Pasangan Usia Muda Dalam Menghadapi *Baby Blues Syndrome* di Desa Puhsarang Semen Kediri menunjukkan hasil bahwa komunikasi banyak dilakukan pada waktu malam hari. Kesibukan suami dalam bekerja menyebabkan kurang adanya waktu untuk berkomunikasi secara leluasa dengan istri. Meskipun memiliki waktu yang terbatas untuk bersama, pasangan usia muda tetap bisa mengungkapkan keluh kesah atau sekadar bercerita mengenai perasaan yang sedang dialami.

Keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan kesetaraan antara pasangan suami istri sudah tercipta cukup baik dalam menghadapi *baby blues syndrome*. Komunikasi dilakukan secara langsung atau tatap muka sehingga dalam memberikan informasi dan mengungkapkan perasaan yang dialami sang istri akan langsung mendapatkan *feedback*. Hal ini tentu dapat menciptakan kedekatan yang lebih baik. Terbukti dari adanya perasaan yang ingin disampaikan pada pasangan, sehingga terdapat rasa nyaman dan aman dalam berkomunikasi sebab dalam lingkup keluarga terdapat kesetaraan di dalamnya.

Adapun dampak dari komunikasi interpersonal pasangan usia dalam menghadapi *baby blues syndrome* yakni meningkatkan pemahaman antar pasangan, meningkatkan peran masing-masing dalam keluarga, dan mengatasi adanya permasalahan dalam hubungan.

Berdasarkan lima pasangan usia muda dalam menghadapi *baby blues syndrome* yang diteliti, berdasarkan keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, dan

kesetaraan menunjukkan hasil bahwa tiga pasangan termasuk dalam tipe komunikasi interpersonal yang berjalan efektif dan dua pasangan dengan tipe tidak efektif atau pasif. Keefektifan komunikasi dialami oleh tiga pasangan informan karena menampilkan hubungan komunikasi yang terbuka, sehingga komunikator dapat mengekspresikan keinginan dan perasaan yang dialaminya. Sedangkan, tipe tidak efektif atau pasif dialami oleh dua pasangan informan dengan tingkat komunikasi yang rendah. Penyebab utamanya karena *Long Distance Relationship* (LDR) dan sikap egois atau masih memikirkan kebahagiaannya sendiri, sehingga hal tersebut berdampak pada istri yang lebih memilih memendam perasaannya sendiri.

B. Saran

Melihat dari hasil penelitian dan kesimpulan terkait komunikasi interpersonal pasangan usia muda dalam menghadapi *baby blues syndrome* di Desa Puhsarang Semen Kediri, maka dengan ini peneliti memberikan beberapa saran sebagai upaya untuk membenahi permasalahan *baby blues syndrome*, guna meningkatkan keharmonisan pasangan suami istri yang lebih baik, khususnya di Desa Puhsarang Semen Kediri. Berikut saran dari peneliti yaitu:

1. Untuk mengurangi tingkat *baby blues syndrome*, ada baiknya pihak desa rutin untuk mengadakan penyuluhan terkait peran suami bagi istri dan anak, yang mana menjelaskan kewajiban dari seorang suami. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan suami akan tugas, peran, dan tanggung jawabnya sebagai kepala keluarga. Selain itu, penyuluhan juga dapat memberikan pengetahuan yang lebih pada suami mengenai *baby blues syndrome* sehingga sang suami dapat memberikan perhatian dan dukungan lebih kepada istrinya yang mengalami sindrom tersebut.

2. Lingkungan sosial atau keluarga sebagai jaringan dukungan yang kuat bagi istri yang mengalami *baby blues syndrome* diharapkan ikut memantau keadaan dan memberikan rasa positif. Sehingga, hal tersebut tentu dapat menciptakan rasa percaya diri, tidak merasa sendiri, dan memiliki rasa aman yang dirasakan oleh istri.
3. Hendaknya para peneliti selanjutnya dapat lebih memperdalam mengenai komunikasi interpersonal pasangan usia muda dalam menghadapi *baby blues syndrome* agar kebutuhan komunikasi dalam lingkup rumah tangga bisa lebih terbuka dan luas. Selain itu, hendaknya menggunakan teknik yang diperkirakan lebih optimal untuk memperoleh data.