

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan positif dan sangat signifikan antara kualitas komunikasi dengan *subjective well-being* pada perempuan menikah. Berdasarkan hal tersebut, maka hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan positif dan sangat signifikan antara kualitas komunikasi dengan *subjective well-being* pada perempuan menikah dapat diterima. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkatan kualitas komunikasi perempuan menikah maka semakin tinggi *subjective well-beingnya*, sebaliknya semakin rendah tingkatan kualitas komunikasi perempuan menikah maka semakin rendah juga *subjective well-beingnya*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, penulis mengemukakan beberapa saran kepada pihak-pihak yang terkait, sebagai berikut :

1. Bagi Perempuan menikah

Kualitas komunikasi merupakan salah satu hal utama yang harus dimiliki seseorang untuk memiliki hubungan yang berkualitas dengan orang lain. Kualitas komunikasi diperlukan seseorang untuk mengoptimalkan kemampuan berhubungan yang akan dilakukan dengan pasangan, orang tua, teman dan orang yang disekitarnya. Pembentukan komunikasi yang berkualitas tidak bisa

dilakukan dengan *instant* atau secara kilat karena kualitas komunikasi memerlukan adanya kebiasaan yang dilakukan secara terus menerus. Kualitas komunikasi tersebut akan terus berkembang dan meningkat seiring dengan meningkatnya kesadaran seseorang akan adanya kebutuhan untuk berhubungan yang lebih baik dengan orang lain. Pada sebuah perkawinan, seorang perempuan sebaiknya terus melatih dan mengembangkan kemampuan komunikasi yang dimilikinya sejak lahir sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas komunikasi agar dapat meminimalisir terjadinya konflik sehingga akan terwujud kehidupan yang bahagia dan sejahtera. Peningkatan kualitas komunikasi bisa dilakukan dengan cara mengembangkan sikap membuka diri, bersikap secara jujur untuk tidak menyembunyikan apa yang terjadi di dalam hatinya terhadap pesan atau tindakan yang dialaminya, mampu meningkatkan kemampuan untuk dapat merasakan terhadap apa yang dirasakan oleh pasangan tanpa kehilangan identitas pribadi, mampu bersikap secara positif terhadap respon dari pasangan meskipun terkadang pesan yang diterima adalah negatif, dan lebih mampu mengembangkan sikap ketertarikan terhadap tindakan yang dilakukan oleh pasangan.

2. Bagi peneliti lain

Bagi para peneliti lain yang ingin mengembangkan atau melanjutkan penelitian tentang *subjective well-being* pada perempuan menikah ini dapat dilanjutkan dengan pertimbangan faktor-faktor lain yang mempengaruhi, seperti kepribadian subjek, tujuan hidup, agama, social/budaya. Selain itu juga, peneliti lain diharapkan agar mempertimbangkan penelitian *subjective well-*

being ini dengan membedakan dari kecukupan ekonomi, status pekerjaan dan jumlah tanggungan. Mengembangkan alat ukur yang dibuat agar lebih tepat pengukurannya dan menambahkan jumlah subyek dalam penelitian supaya lebih representatif.