

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini menjelaskan simpulan dan rekomendasi dari hasil penelitian *self disclosure* sebagai mediator antara pengaruh *family of origin* terhadap kualitas hubungan romantis. Selain itu, terdapat rekomendasi bagi orang tua, dewasa awal, dan peneliti selanjutnya.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa :

1. *Family of origin* berpengaruh terhadap kualitas hubungan romantis yaitu semakin sehat pengalaman keluarga asal, maka semakin tinggi kualitas hubungan romantis dewasa awal yang berpacaran.
2. *Family of origin* juga memiliki pengaruh terhadap *self disclosure* yaitu semakin sehat pengalaman dalam keluarga asal maka akan semakin tinggi pengungkapan diri dewasa awal terhadap pasangannya.
3. *Self disclosure* berpengaruh terhadap kualitas hubungan romantis, semakin tinggi pengungkapan diri pada pasangan akan semakin tinggi kualitas hubungan romantis.
4. *Self disclosure* signifikan menjadi mediator antara pengaruh *family of origin* terhadap kualitas hubungan romantis. Artinya, ketika dewasa awal memiliki pengalaman keluarga asal yang sehat, hal ini dapat berpengaruh pada tingginya *self disclosure* sehingga dewasa awal akan mudah untuk melakukan pengungkapan diri pada pasangan dan dapat meningkatkan kualitas hubungannya menjadi tinggi.
5. Terdapat perbedaan *family of origin* berdasarkan jenis kelamin dan lamanya hubungan berpacaran. Kemudian pada *self disclosure* terdapat perbedaan pengungkapan diri berdasarkan usia, jenis kelamin, dan lamanya hubungan berpacaran. Selain itu, ditemukan adanya perbedaan kualitas hubungan romantis berdasarkan lamanya hubungan berpacaran dan menjalani hubungan jarak jauh.

B. Rekomendasi

1. Bagi Orang tua

Orang tua diharapkan dapat memberikan pengalaman keluarga yang sehat pada anak dengan menciptakan suasana yang hangat, mendukung, saling terbuka, saling mendengarkan, dan dapat menyelesaikan konflik karena keluarga merupakan tempat anak mendapat pengalaman awal yang akan berpengaruh pada perkembangan hingga dewasa.

2. Bagi Dewasa Awal

Dewasa awal diharapkan dapat meningkatkan pengungkapan diri pada pasangan baik mengenai pikiran maupun perasaan agar terjalin komunikasi yang baik sehingga dapat menyelesaikan konflik dan meningkatkan kualitas hubungan romantis.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan mengeksplorasi hasil uji beda yang signifikan dan belum dibahas mendalam dalam penelitian ini seperti terdapat perbedaan *family of origin* pada lamanya hubungan berpacaran dan adanya perbedaan *self disclosure* pada usia yang berbeda dengan rata-rata tertinggi pada usia 28 tahun.

4. Bagi Lembaga

Bagi lembaga terkait seperti lembaga psikologi, KUA, dan dinas pemberdayaan perempuan, hasil penelitian ini menemukan adanya 46% dewasa awal yang memiliki kualitas hubungan yang rendah sehingga diharapkan dapat dijadikan peluang untuk membuka layanan edukasi dan konsultasi mengenai hubungan romantis yang sehat karena hubungan yang dijalani oleh dewasa awal mulai mengarah pada hubungan yang serius dan merencanakan pernikahan. Oleh karena itu, kualitas hubungan yang tinggi diperlukan agar nantinya dapat terjalin keluarga yang sehat.