

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa koping diadik berpengaruh signifikan terhadap kepuasan pernikahan, dengan kontribusi sebesar 60%. Hasil ini memperkuat teori Bodenmann (2005) yang menekankan pentingnya komunikasi stres dan dukungan timbal balik dalam hubungan pasangan. Pasangan yang mampu menerapkan strategi koping diadik - baik melalui dukungan emosional, kerja sama menghadapi masalah, maupun pengalihan tanggung jawab sementara menunjukkan tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisis dan pengalaman yang peneliti alami selama penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Disarankan untuk mengembangkan keterampilan koping diadik melalui komunikasi terbuka, empati, dan kerja sama dalam menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, tingkat kepuasan pernikahan dapat lebih terjaga.

2. Bagi Gereja dan Konselor Pernikahan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam merancang program pendampingan atau konseling pernikahan berbasis komunitas. Fokus utama program dapat diarahkan pada pelatihan dyadic coping yang positif untuk memperkuat ikatan emosional pasangan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian berikutnya dapat memperluas variabel lain yang berhubungan dengan kepuasan pernikahan, misalnya religiusitas, keintiman emosional, atau gaya keterikatan pasangan. Selain itu, beberapa faktor yang juga sering disebut dalam literatur perlu juga dipertimbangkan, antara lain komunikasi pasangan, pola resolusi konflik, kepribadian individu, kesetaraan peran dalam rumah tangga, stabilitas ekonomi dan manajemen keuangan, kehadiran dan jumlah anak, serta dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sekitar. Faktor-faktor tersebut telah terbukti dalam berbagai penelitian berkontribusi terhadap kualitas hubungan dan kepuasan pernikahan.

Selain menambah variabel, pendekatan metodologis juga dapat diperluas. Misalnya, penelitian kualitatif disarankan untuk menggali pengalaman subjektif pasangan dalam menerapkan coping diadik dan bagaimana hal tersebut berinteraksi dengan faktor-faktor lain.

Penelitian longitudinal juga penting untuk melihat dinamika kepuasan pernikahan dari waktu ke waktu, terutama pada fase-fase kritis kehidupan pernikahan (misalnya awal menikah, kelahiran anak, masa lansia). Dengan

demikian, hasil penelitian di masa mendatang akan lebih komprehensif dan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kepuasan pernikahan.

