BAB V

KESIMPULAN

A. Simpulan

Postpartum blues dalam perspektif komunikasi interpersonal adalah gangguan komunikasi yang disebabkan oleh ketidakstabilan hormon pada ibu baru. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *postpartum blues* dalam perspektif komunikasi interpersonal studi analisa teori Johari Window, sebagai berikut :

1. Komunikasi interpersonal secara langsung yang dilakukan ibu yang mengalami *postpartum blues* dengan keluarganya, ada dua karakter yaitu karakter pertama, saling terbuka dan *feedback* sesuai dengan hal tersebut sedangkan karakter kedua, dia terbuka akan tetapi hanya sedikit *feedback*.
2. Komunikasi interpersonal secara tidak langsung yang dilakukan ibu yang mengalami *postpartum blues* dengan keluarga, ada tiga karakter, yaitu karakter pertama, saling terbuka dan *feedback* sesuai dengan hal tersebut, karakter kedua, dia terbuka akan tetapi hanya sedikit *feedback*, dan karakter ketiga, sedikit terbuka, sedikit *feedback*.
3. Hambatan-hambatan komunikasi interpersonal yang dilakukan ibu yang mengalami *postpartum blues* dengan keluarga. Hambatan yang paling mendominasi dari teori Johari Window, yaitu hambatan teknis, hambatan psikologi, dan hambatan kerangka berpikir

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Rekomendasi

Setelah pengolahan data dilakukan, analisis hingga terakhir rekomendasi. Rekomendasi ini diharapkan bisa dijadikan masukkan bagi pihak-pihak yang memiliki kepentingan dalam penelitian ini :

1. Bagi ibu ynag mengalami *postpartum blues* diharapkan agar lebih tenang menghadapi segala permasalahan yang sedang dihadapi. Lebih banyak melakukan rileksasi untuk menenangkan pikiran dari permasalahan-permasalahan yang terjadi. Selain itu, lebih sering berkomunikasi dengan orang yang lebih berpengalaman agar dapat menambah informasi mengenai *postpartum blues* yang terjadi setelah melahirkan.
2. Bagi keluarga diharapkan dapat membantu ibu yang mengalami *postpartum blues* agar dapat dengan mudah melewati masa setelah melahirkan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara melakukan pendampingan sampai kondisi ibu tenang.
3. Bagi Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM), yang berkonsentrasi pada pemberdayaan perempuan agar dapat memberikan terapi, komunikasi dan pendampingan pada ibu yang mengalami *postpartum blues*.
4. Untuk peneliti selanjutnya, semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah referensi penelitian mengenai komunikasi interpersonal terhadap *postpartum blues*. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai permasalahan ini, yakni melakukan penelitian mengenai *postpartum blues* dalam perspektif

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

komunikasi intrapersonal dengan kajian kualitatif, bagaimana komunikasi intrapersonal yang dilakukan oleh ibu yang mengalami *postpartum blues*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id