**BAB V**

**KESIMPULAN DAN SARAN**

1. **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa dalam komunikasi antarpribadi pada lingkungan pekerjaan masing-masing informan mencontohkannya dalam pengalaman pribadi mereka masing-masing, seperti informan pertama yaitu mas Arief, bahwa dalam berkomunikasi dalam pekerjaannya sebagai seorang arsitek dan proyek koordinator dapat membuat beberapa bawahannya terasa terganggu, karena dia memiliki standar ketelitian yang tinggi dalam pekerjaannya dan bisa membuat bawahannya untuk mengulang pekerjaannya sampai masuk ke standar yang ia mau.

Sedangkan pada informan kedua yaitu mas Calvin, memiliki seorang asisten sekaligus asisten rumah tangga dalam pekerjaannya sebagai seorang pedangang mobil rumahan yang mana membuat ia seringkali meminta asistennya tersebut untuk merapihkan atau membersihkan barang dengan detil dan baik yang mana ia merasa bahwa itu dapat membuat asistennya terasa terganggu.

Dan pada informan ketiga yaitu mas Budi, mengatakan dalam pekerjaan ketika sebagai seorang kepala toko yang mana ia memiliki tanggung jawab untuk membuat *file* laporan dan pendataan segala sesuatu yang berkaitan dengan tokonya. Ketika atasannya berkomunikasi dengan dia dan meminta data-data yang diperlukan ia merasa semuanya menjadi lebih mudah, karena ia sudah menyusun laporan dan data-datanya dengan baik, sehingga komunikasi dengan atasannya berjalan dengan lancar.

Pada informan pertama komunikasi dengan diri yang ia lakukan adalah pada saat proses pengambilan keputusan dan karena ia juga memang seorang yang introvert serta informan pertama mengatakan untuk lebih ikhlas dengan konsekuensi pikiran-pikiran OCD yang muncul akan sangat membantu bagi para penderita OCD agar dapat merasa lebih tenang.

Pada informan kedua komunikasi yang dilakukan dengan diri yang ia lakukan adalah dengan berusaha meyakinkan dirinya bahwa ketika gangguan OCD nya muncul dan ia tidak melakukan apa yang menjadi gangguannya tersebut itu tidak akan apa-apa dan berpengaruh. Sehingga proses komunikasi intrapersonal yang terjadi adalah dengan meyakinkan diri sendiri.

Pada informan ketiga komunikasi yang dilakukan dengan diri yang ia lakukan adalah proses pengambilan keputusan dengan menimbang hal positif yang ia dapatkan ketika melakukan hal yang mengganggu pikirannya. Informan ketiga menggambarkan OCD sebagai rasa takut yang muncul dalam dirinya yang membuat ia harus menimbang dan mengambil keputusan akan apa yang harus ia lakukan dengan pemikiran yang muncul berulang-ulang tersebut.\

1. **Saran**

Dari penelitian yang telah dilakukan, maka penulis memberikan saran bagi pihak yang berkaitan dengan penelitian ini. Adapun saran dari peneliti adalah sebagai berikut :

1. Saran Akademis

Penelitian ini dapat berguna bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai proses komunikasi antarpribadi dan intrapersonal dalam keseharian seorang penderita OCD dengan masalah lain ataupun subjek yang berbeda. Penelitian ini lebih berfokus kepada bagaimana proses komunikasi dalam kehidupan sehari-hari seorang penderita OCD

1. Saran Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran bagi orang lain mengenai bagaimana proses komunikasi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari seorang penderita OCD baik secara antarpribadi maupun intrapersonal. Agar masyarakat pada umumnya dapat lebih memahami mengenai OCD ini.