

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan dari rumusan masalah dan tujuan penelitian yang dipaparkan pada bab hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa dinamika psikologis penderita *obsessive compulsive disorder* adalah sebagai berikut:

Subjek mengalami dua bentuk gangguan obsesif kompulsif. Yaitu gangguan obsesif berupa munculnya pemikiran yang irasional dan instruktif, sehingga menyebabkan aktivitas tidur subjek terganggu. Sedangkan bentuk gangguan obsesif kompulsif subjek berupa perilaku kompulsif saat wudlu dan istinja. Multifaktor telah mempengaruhi munculnya OCD tersebut, mulai dari faktor genetik, kepribadian, dan lingkungan psikososial.

Strategi coping yang dilakukan subjek berupa *information seeking*, *assistance seeking*, *direct action*, *avoidance*, *self criticism*, dan *positive reappraisal*, hingga pada akhirnya sabar dan ikhlas. Subjek memiliki social support, religiusitas yang tinggi, keinginan menyempurnakan ibadah dengan cara yang benar, serta positif thinking yang menjadi faktor protektif. Sehingga dapat diprediksi bahwa subjek akan segera sembuh dari gangguan OCD-nya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang diajukan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Untuk subjek

Ketika mengikuti pengajian dan mendapati hal yang belum dipahami, hendaknya subjek bertanya agar menjadi jelas, terutama ketika subjek mengikuti pengajian di televisi. Subjek memiliki pendamping hidup yang agamis, hendaknya subjek mendiskusikan apa yang belum difahami dengan AK.

Waspada atau berhati-hati adalah baik. Subjek telah waspada pada kesucihan rumahnya karena cucunya sering mengompol dan memasuki rumah setelah bermain di halaman tanpa menggunakan alas kaki. Namun subjek tidak perlu menganggap bahwa seluruh ruangan dalam rumahnya najis. Subjek bisa menggunakan sandal khusus untuk sholat yang dipakai setelah dari kamar mandi. Jadi subjek tidak perlu was-was saat dari kamar mandi dia ke ruangan lain selain ruangan sholat.

2. Masyarakat muslim

Kita harus berlatih untuk selalu yakin pada hal apa pun. Yakin pada Allah SWT, yakin pada diri kita, yakin pada mimpi-mimpi kita, yakin saat sholat, dan yakin pada banyak hal, termasuk ketika bersuci dari hadats dan

najis. Karena Nabi menyuruh kita untuk meninggalkan keraguan, yang berarti kita harus memiliki keyakinan.

Termasuk ketika wudlu. Berlebih-lebihan saat wudlu itu tidak diperbolehkan. Namun kita juga tidak boleh meremehkan bersuci dengan wudlu seenaknya. Rosulullah telah memberi contoh dengan jelas untuk menyempurnakan wudlu, yaitu dengan melakukan basuhan 3 kali. Dalam kesempatan 3 kali basuhan itu, kita harus berusaha untuk meratakan air wudlu. Lebih dari 3 basuhan sudah termasuk melakukan hal yang *mubadzir*.

3. Untuk peneliti selanjutnya

Disarankan untuk mengadakan penelitian serupa mengenai dinamika psikologis penderita OCD dengan focus penelitian yang lebih beragam, misalnya pada subjek OCD dalam hal keteraturan, focus pada penerimaan diri subjek, dan penelitian lainnya yang dapat diteliti. Karena peneliti menemukan subjek OCD yang berdampak pada distress dan depresi, sehingga dia harus dirawat inap di rumah sakit jiwa (RSJ). Namun karena ada beberapa alasan, peneliti belum bisa meneliti subjek tersebut pada penelitian ini.

Oleh karena itu saya sarankan pada peneliti selanjutnya untuk meneliti subjek OCD lainnya, agar dapat diketahui dinamika psikologis penderita OCD yang lebih kompleks.