

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk menganalisis dan memahami cara pasangan menginterpretasikan komunikasi non-verbal selama periode *silent treatment*. Data diperoleh dengan melakukan wawancara langsung kepada para pelaku dan korban *silent treatment* di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa para interpretasi komunikasi non-verbal selama periode *silent treatment* sangat penting dalam memahami sentiment dan niat pasangan. Data dari wawancara langsung dengan pelaku dan korban *silent treatment* di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya memberikan gambaran mendalam tentang bagaimana pasangan mempersepsikan ekspresi wajah dan gerakan tubuh pada tahap ini. Ekspresi wajah yang tidak ramah, menghindari sentuhan, dan juga nada bicara yang ketus dan cuek diinterpretasikan oleh korban sebagai bentuk kekecewaan dari pasangannya. Para korban merasa tidak dianggap keberadaannya saat pasangan melakukan *silent treatment* karena pasangan tidak bersedia untuk berkontribusi secara aktif saat ingin menyelesaikan konflik yang ada.

Ekspresi wajah pasangan merupakan sinyal penting dalam konteks *silent treatment*. Di luar konflik, senyuman dan sentuhan fisik menunjukkan hubungan yang baik. Begitupun sebaliknya, ekspresi yang sinis, ketus, dan cuek merupakan indikator konflik dalam sebuah hubungan. Bahasa tubuh juga sangat penting dalam menafsirkan komunikasi non-verbal. Selama masa *silent treatment*, jarak fisik antar pasangan menunjukkan keintiman atau jarak emosional. Komunikasi non-verbal selama *silent treatment* diinterpretasikan sebagai cara untuk mengutarakan ketidakpuasan dalam hubungan tanpa menggunakan kata-kata.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian interpretasi makna komunikasi non-verbal sangat penting dalam hubungan interpersonal maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

- 1 Meningkatkan kesadaran terhadap ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan intonasi suara dalam berkomunikasi. Hal ini guna dapat dipahami oleh pasangan dan dapat membantu menghindari potensi konflik.
2. Untuk pasangan yang mengalami kesulitan dalam mengelola komunikasi non-verbal, disarankan untuk mencari bantuan profesional seperti konselor hubungan. Dengan konseling dapat membantu mengidentifikasi masalah dan memberikan strategi untuk memperbaiki hubungan.
3. Menstimulus pasangan untuk membuka dialog terbuka tentang makna dan interpretasi komunikasi non-verbal mereka supaya dapat membuka pintu wawasan yang lebih baik dan mengurangi potensi kesalahpahaman
4. Mendorong individu untuk merespon positif terhadap komunikasi non-verbal pasangan, bahkan dalam situasi konflik. Dengan bersedia untuk mendengarkan dan mencari pemahaman untuk mengatasi potensi ketegangan dan kerenggangan.

Saran-saran ini diharapkan dapat membantu untuk meningkatkan kualitas komunikasi non-verbal dalam hubungan interpersonal, yang pada akhirnya akan memberikan dampak positif pada keberlangsungan dan kesehatan hubungan.