

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Semua gejala *mysophobia* Gu Ren Qi dalam drama sesuai dengan gejala *mysophobia* pada teori, di antaranya sebagai berikut:
 - a. Merasakan teror hebat dari rasa takutnya terhadap kuman
 - b. Cemas, khawatir dan gelisah akan paparan kuman
 - c. Menghindari atau meninggalkan situasi (tempat) yang dihinggapi kuman
 - d. Menghabiskan banyak waktu untuk memikirkan cara agar tidak terkontaminasi oleh kuman
 - e. Munculnya rasa takut yang berlebihan bahwa kuman pada makanan
 - f. Tidak berdaya untuk mengendalikan rasa takut akan kuman
 - g. Mencuci tangan berlebihan
 - h. Sulit produktif ditempat-tempat seperti sekolah, kantor atau bahkan dirumah
 - i. Menghindari sentuhan orang lain
 - j. Menghindari keramaian dan hewan
 - k. Mencari bantuan untuk menghindari kuman
2. Terdapat 4 langkah penerapan teknik desensitisasi dalam drama *use for my talent*, di antaranya sebagai berikut:
 - a. Langkah awal, Konselor menganalisis gejala yang dikonsultasikan konseli. Konselor menumbuhkan kesadaran konseli. Konselor melemparkan pertanyaan mengenai perasaan yang dirasakan konseli, kemudian melemparkan pertanyaan lagi untuk mengajak konseli berpikir apa yang sebenarnya sedang ia hadapi. Refleksi awal dilaksanakan dalam rangka menetapkan keadaan konseli sebelum melakukan *treatment*.

- b. Kedua, Konselor bekerja sama dengan klien untuk mendiskusikan situasi-situasi yang berkaitan dengan *mysophobia* nya.
 - c. Ketiga, Proses desensitisasi sistematis dalam drama dilakukan secara *in vivo* atau langsung.
 - d. Langkah akhir, Konselor menegaskan kepada konseli perihal kontrak yang akan dijalani dalam rangka mengikuti sesi intervensi hingga selesai. Membangun komitmen dan kontrak idealnya dilakukan setelah proses identifikasi kecemasan yang dialami konseli. Pada tahap evaluasi, Konselor mengevaluasi perubahan sikap, mengevaluasi faktor-faktor penyebab dari perilaku yang tampak pada konseli, dan mengevaluasi akibat pemberian obat pada konseli.
3. Seluruh langkah penerapan teknik desensitisasi sistematis dalam drama *use for my talent* relevan dengan teori desensitisasi menurut pandangan Bradley T. Erford.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran. Di antaranya sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan perbandingan untuk peneliti selanjutnya yang akan mengangkat penelitian tentang penerapan teknik konseling dalam drama atau film. Dan akan menjadi gambaran untuk peneliti selanjutnya bahwa metode analisis konten yang diterapkan pada penelitian ini dapat mempermudah seorang peneliti dalam melakukan penelitian. Mungkin dapat disarankan bagi mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja karena metode ini sangat efisien dan tidak memerlukan banyak waktu untuk terjun ke lapangan.
2. Bagi Prodi BKI, peneliti merekomendasikan drama *use for my talent* sebagai media pembelajaran untuk visualisasi penerapan salah satu teknik konseling dalam konseling behavioral, yaitu teknik desensitisasi sistematis bagi mahasiswa dalam mata kuliah media konseling.