

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian Behavioral Desensitisasi Sistemik pada narapidana, peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Kondisi Psikologis pada narapidana lembaga pemasyarakatan kelas II A Cilegon adalah sebagai berikut : Ketakutan, Kecemasan dan Stress yang berlebihan, jarang bersosialisasi, malas dan pribadi yang tertutup.
2. Ada enam tahapan saat penerapan Behavioral Desentisasi Sistemik pada narapidana Tahap pertama peneliti menganalisis apa penyebab gangguan psikologis pada Narapidana, tahap kedua menyusun berjenjang tentang faktor apa saja yang menimbulkan gangguan psikologi pada narapidana, tahap ketiga memberi relaksasi otot agar narapidana tidak merasa tegang dalam sesi konseling, tahap keempat meminta narapidana membayangkan situasi yang membuatnya santai dan rileks, tahap kelima membayangkan situasi yang membuat narapidana kurang tingkat gangguan psikologisnya, tahap keenam menyusun jenjang kecemasan serta menuliskannya pada kertas.
3. Hasil dari penerapan behavioral Desentisasi Sistemik pada narapidana terhadap dua responden ialah sebagai berikut: responden K mampu mengilangkan rasa ketakutan terhadap penolakannya dimasyarakat dan keluarga, melaksanakan ibadah merasa hati lebih tenang, responden R mampu mengendalikan stressnya

dari kesalahan yang terus membayangnya, tidak enggan lagi untuk bersosialisasi dengan narapidana yang lain.

B. Saran-Saran

Setelah melakukan proses penelitian di lembaga pemasyarakatan IIA Cilegon, peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Diharapkan bagi seluruh narapidana melakukan pembinaan dengan sebaik-baiknya dan menerapkan sikap saling empati agar tidak menimbulkan tekanan yang mengakibatkan konflik antar narapidana.
2. Lembaga Pemasyarakatan diharapkan menyediakan layanan konseling khusus bagi para narapidana yang mengalami gangguan psikologis sebagai jalan penyelesaian masalah yang dialami oleh para narapidana berikutnya serta harus sering mengadakan aktivitas yang bersifat keagamaan.