

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Perancangan buku ilustrasi ragam fobia spesifik ini hadir untuk menumbuhkan rasa empati khalayak non fobik kepada penyandang fobia dengan menyuguhkan beberapa contoh kasus fobia spesifik dari responden terhadap benda remeh temeh. Dengan menggabungkan unsur visual dan verbal yang dikemas menjadi sebuah buku cerita ilustrasi diharapkan informasi yang terkandung di dalamnya mudah diterima oleh khalayak luas.

Strategi yang digunakan untuk mencapai tujuan komunikasi yaitu dengan menghadirkan gaya komunikasi yang dekat dengan target audiens seperti penggunaan bahasa Indonesia, dengan sudut pandang orang pertama. Ilustrasi juga dibuat berdasarkan bentuk gambaran imajinasi irasional penyandang fobia sehingga pembaca dapat membayangkan imajinasi yang mewakili Si pengidap ketika menjumpai objek ketakutannya.

Adanya media edukasi tentang kesehatan mental memungkinkan akan semakin besar masyarakat bertoleransi dan peduli maupun menghargai penyandang fobia dalam melawan gangguan yang dimilikinya dalam kehidupan sehari-hari.

B. SARAN

Perancangan buku ilustrasi tentang kesehatan mental fobia spesifik, penulis membutuhkan pendalaman pengetahuan mengenai objek yang akan dirancang. Selama proses penelitian buku ini masih banyak yang perlu dilakukan seperti riset, observasi, dan analisis data, dikarenakan keterbatasan waktu. Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam pembuatan buku ilustrasi ragam fobia spesifik, oleh karena itu perancangan buku ini diharapkan dapat menjadi referensi munculnya buku-buku kesehatan mental terutama fobia spesifik dalam berbagai macam perspektif. Kalau bisa dibuat sedekat mungkin, dan tidak berkesan menghakimi atau memberi asumsi negatif yang tidak berdasar.

Akhirnya dengan kerendahan hati buku ini hadir karena adanya kegelisan penulis akan pentingnya menumbuhkan sikap toleransi dan

empati terhadap penyandang fobia agar tak lagi ada kasus perundungan terkait gangguan yang dimiliki penyandang. Semoga perancangan ini akan memberikan manfaat dalam upaya menyadarkan khalayak bahwa kesehatan mental sangatlah penting.



DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Budisetyani, I Gusti Ayu Putu Wulan, dkk. 2016. *Psikologi Abnormal*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Gunawan, A., W. 2006. *Hypnotherapy*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Maharsi, Indiria. 2016. *Ilustrasi*. Yogyakarta: Badan Penerbit ISI Yogyakarta.
- Nevid, Jeffry S., Rathus S. A., & Greene. 2003. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Pranoto, Naning. 2011. *Cara Menulis Cerita Fiksi Dari Buku Harian*. Jakarta: Penebar Plus
- Rustan, Suriyanto, S.Sn. 2008. *Layout Dasar Penerapannya*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Siswanto, Wahyudi. 2008. *Pengantar Teori Sastra*. Jakarta: Grasindo.

Jurnal

- Azmarina, Rani. 2015. Desensitisasi Sistematis Dengan Dzikir Tasbeeh Untuk Menurunkan Simtom Kecemasan Pada Gangguan Fobia Spesifik. *Journal Humanitas* vol. 12 no. 2
- Idaiani, S., Suhardi, S., & Kristanto, A. Y. 2009. *Analisis Gejala Gangguan Mental Emosional Penduduk Indonesia*. *Journal Kedokteran Indonesia*
- Putra, Antonius, N., Lakoro, Rahmatsyam. 2012. *Perencanaan Buku Ilustrasi Musik Keroncong*. *Jurnal Teknik POMITS*, Vol. 1, No. 1
- Dwijayanto, Vicky, Lakoro, Rahmatsyam. 2013. *Buku Anak-anak Panda Lima Sebagai Pengenalan Tokoh Pewayangan*. *Jurnal Sains dan Seni ITS*, Vol 2, NO. 1
- Hermawan, Dea Novira. 2014. *Aplikasi Teknik Olah Reka Latar Dengan Tema Phobia Pada Produk Fashion*. Institut Teknologi Bandung. Vol 3, No. 1

Webtografi

- Dewi Kania. 2015. *Gadis Ini Tewas Akibat Phobia Lihat Tinjanya Sendiri* file:///D:/psikologi%20phobia/Gadis%20Ini%20Tewas%20Akibat%20Phobia%20Lihat%20Tinjanya%20Sendiri%20_%20Okezone%20Lifestyle.html. Diakses pada, 8 Juni 2020, pukul 22.05 WIB
- Kompasiana. 2015. *Ini Phobia, Bukan Untuk Lawakan!* <https://www.kompasiana.com/evysofia/5535af626ea834cb20da42e1/ini-phobia-bukan-bahan-untuklawakan>. Diakses pada 8 Juni 2020, pukul 22.30 WIB
- Cerita*. <http://kbbi.web.id/cerita>. Diakses pada 20 desember 2020, pukul 13.45 WIB
- Kompasiana. *Cerpen Sebagai media Penanaman karakter. 2019* <https://www.kompasiana.com/kerti50/5ca139f9cc52835493070b70/cerpen-sebagai-media-penanaman-karakter?page=1>. Diakses pada 20 Desember 2020, pukul 13.58 WIB
- Kemendikbud. 2019. *Melatih Empati Dengan Dongeng* <https://sahabatkeluarga.kemdikbud.go.id/laman/index.php?r=tpost/xview&id=249900627>. Diakses pada 20 Desember 2020, pukul 14.16 WIB

