

## BAB V PENUTUP

### **F. KESIMPULAN**

Rasa takut menyebabkan seseorang berada dalam keadaan yang tidak nyaman, terlebih jika rasa takut tersebut merupakan kecemasan fobik yang secara tidak sadar berkembang di dalam diri sendiri maupun orang di sekitar kita. Tak jarang pula seorang penyandang fobia menjadi olok-olokan orang di sekitarnya karena dianggap aneh takut terhadap hal yang tidak rasional dan bereaksi berlebihan.

Komik tentang kesehatan mental fobia ini dirancang sebagai upaya dalam memperluas wawasan dan sebagai alternatif media untuk mengenal dan memahami tentang kesehatan mental khususnya fobia. Dengan menggabungkan referensi verbal dan visual serta beberapa cerita kasus yang pernah terjadi di masyarakat dipadu dengan sedemikian rupa agar menjadi cerita dan visualisasi agar informasi yang terkandung di dalamnya mudah diterima masyarakat.

Dengan banyaknya media edukasi kesehatan mental memungkinkan besarnya peluang akan kesadaran masyarakat dalam menghargai dan membantu penyandang fobia melewati gangguan yang dimilikinya, dalam bentuk perhatian, empati serta toleransi.

### **G. SARAN**

Dalam perancangan komik tentang kesehatan mental fobia yang menggabungkan antara edukasi kesehatan mental fobia dengan unsur cerita dan gambar melalui media komik ini, penulis membutuhkan pendalaman pengetahuan mengenai objek yang akan dirancang. Adapun rangkaian proses yang dilalui yaitu mengumpulkan materi dari internet, buku-buku serta melakukan wawancara dengan pakarnya yaitu seorang psikolog sebagai tahapan awal dan kemudian dilanjutkan dengan mempersiapkan konsep kreatif hingga menuju tahapan pembuatan naskah.

Dalam pembuatan naskah sendiri mengalami beberapa perubahan berupa pengembangan dan pengurangan alur cerita dari naskah awal. Pengurangan yang dilakukan berupa lingkup bahasan yang melebar dari tujuan perancangan ini dibuat. Adapun pengembangan yang dilakukan adalah pada cara penyampaian informasi mengenai bahasan fobia yang lebih ringan melalui dialog-dialog dan meminimalisir penggunaan narasi agar tidak terkesan menggurui.

Tentunya perancangan komik tentang kesehatan mental fobia ini jauh dari kata sempurna. Semoga perancangan ini akan memberikan manfaat dan wawasan dalam pembuatan karya-karya selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Armada Riyanto, CM. 2018 *Relationalitas Filsafat Fondasi Interpretasi: Aku, Teks, Liyan, Fenomen*, Penerbit PT Kanisius.
- Carl G. Jung. 2018 *Manusia dan Simbol-simbol Simbolisme dalam Agama, Mimpi & Mitos* Penerbit Basabasi.
- Dr Tony Whitehead. 1985. *Foia dan Rasa Takut*. Penerbit Arcan.
- Dr Paul Hauck. 1985. *Mengapa Harus Takut?*. Penerbit Arcan.
- Graham Music. 2003. *Seri Gagasan Psikoanalisis Emosi dan Afeksi*. Penerbit Pohon Sukma.
- Hikmat Darmawan. 2012. *How to Make Comics Menurut Para Master Komik Dunia*. Diterbitkan Plotpoint Publishing (PT Bentang Pustaka).
- H. Misbach Yusa Biran. 2010. *Tehnik Menulis Skenario Film Cerita*. Penerbit Fakultas Film dan Televisi IKJ.
- Matt Haig. 2018. *Reasons to Stay Alive*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Prof. Dr. Suminto A. Sayuti. 2019. *Berkenalan dengan Prosa Fiksi*. Penerbit Cantrik Pustaka.
- Rachel Baker. 2018. *Sigmund Freud di Seberang Masa Lalu*. Penerbit Cakrawala Sketsa Mandiri.
- Scott McCloud. 2002. *Understanding Comics*. KPG (Kepustakaan Populer Gramedia).
- Widyanuari Eko Putra. 2018. *Perihal Nama Enam Esai Seputar Prosa, Puisi, dan Buku*. Penerbit Kelab Buku Semarang.

### Jurnal

- Universitas Sumatra Utara Chapter II (2013)
- Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni Vol. 1 (2017)
- Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol.3 No.1 (2014)

**Pertautan**

[http://bima-san.blogspot.com/2013/12/pengertian-phobia\\_25.html](http://bima-san.blogspot.com/2013/12/pengertian-phobia_25.html)  
<http://ciputrauceo.net/blog/2016/2/18/unsur-unsur-komunikasi-efektif>  
<https://id.wikipedia.org/wiki/Komunikasi>  
<https://psyline.id/macam-macam-istilah-fobia-yang-ada-lengkap/>  
<https://rumahfilsafat.com/2015/03/07/anatomi-rasa-takut/>  
<https://sites.google.com/site/tehnikkami/tehnik-kami>  
<https://www.ayoksinau.com/pengertian-komik-menurut-para-ahli-ciri-ciri-komik-dan-jenis-jenis-komik-ayoksinau-com/>  
<http://www.beritasatu.com/fokus/20774-phobia-ketakutan-yang-hebat-di-masa-lalu.html>  
<https://www.pressreader.com/indonesia/jawa-pos/20160409/283016873861800>