

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Obsessive compulsive disorder atau OCD adalah sebuah gangguan mental yang ditandai dengan adanya obsesi dan/atau kompulsi. Menurut seorang psikiater atas nama dr. William Surya Atmadja, SpKJ pada tahun 2022, remaja di Indonesia rentan terkena penyakit OCD yang diawali dengan usia 19 tahun pada laki-laki dan usia 22 tahun pada perempuan dengan prevalensi yang jatuh pada angka 1,1% - 1,8%. Dari data tersebut, terdapat pernyataan bahwa 50% dari gejala OCD pada remaja di Indonesia ditimbulkan karena gejala OCD yang tidak ditangani sejak kecil dan pengidap OCD menyadari bahwa kompulsinya tidak penting, namun tidak dapat menahan atau mengatasi masalahnya. Saat ini, sudah ada cara atau metode penanganan OCD yaitu CBT atau *Cognitive Behavioral Therapy* yang digunakan oleh seorang psikolog untuk menangani masalah OCD. Namun permasalahan utama disini bukan karena tidak adanya metode penanganan OCD yang lebih efektif atau ampuh, melainkan minimnya penyampaian informasi mengenai keberadaan CBT dikalangan masyarakat. Maka dari itu, penulis melakukan perancangan media informasi berupa *website* untuk menyampaikan informasi secara lengkap kepada remaja yang mengalami masalah OCD, namun belum mengetahui informasi mengenai CBT.

Dalam proses perancangan media *website*, penulis memperoleh informasi dengan melakukan metode penelitian kualitatif, yaitu melakukan wawancara dengan seorang psikolog klinis dewasa, psikiater, dan juga pengidap OCD. Lalu penulis juga melakukan metode kuantitatif yang mengandalkan formulir berupa *Google Form* yang disebarakan kepada remaja di daerah Jabodetabek. Pada metode pengumpulan data kuantitatif yang mengandalkan *form*. Penulis menanyakan pertanyaan seputar pengetahuan remaja yang dituju tentang OCD dan juga CBT. Hasil yang diperoleh terdapat sekitar 28 responden. Dari hasil kuesioner tersebut, sebanyak 85.7% responden telah mengetahui apa itu Obsessive Compulsive

Disorder, namun 14.3% responden lainnya belum pernah mengetahui apa itu Obsessive Compulsive Disorder. Namun, pada pertanyaan mengenai tahu kah responden tentang Terapi Perilaku Kognitif sebagai salah satu pendekatan utama untuk mengobati OCD, mayoritas diantaranya tidak mengetahui sama sekali dengan jumlah angka 75% (21) responden menjawab tidak, dan 25% (7) lainnya mengetahui keberadaan Terapi Perilaku Kognitif ini.

Perancangan media informasi mengenai Terapi Perilaku Kognitif ini akhirnya ditentukan dalam bentuk *website* informasi yang telah dipertimbangkan sesuai dengan kebutuhan dan kemudahan akses untuk menampilkan informasi yang ingin disampaikan. Informasi yang diberikan di *website* ini tidak hanya menjadi pengenalan bagi pengidap OCD terhadap metode penanganan masalah mereka, namun juga menjadi motivasi bagi mereka yang masih ragu untuk menjalani terapi atau bagi yang belum tahu sama sekali menjadi tahu. Selain itu, desain *website* memiliki *tone of voice* yaitu *fun* dan *motivation* untuk menggambarkan gaya visual *website* dan juga tujuan dari pembuatan *website* ini.

5.2 Saran

Perancangan yang telah dilakukan oleh penulis diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pembaca. Berikut merupakan saran yang ingin penulis sampaikan kepada pembaca, khususnya kepada dosen/penulis/peneliti ataupun pembaca secara umum yang sedang menempuh tugas akhir dan merancang topik serupa:

1. Dosen/ Peneliti

Saran yang dapat penulis berikan secara teoritis untuk calon peneliti yang ingin mengangkat topik serupa adalah melakukan banyak penelitian terhadap masalah kesehatan yang ada saat ini di masyarakat, dengan masalah OCD salah satunya dan tidak lupa juga untuk fokus bukan kepada masalahnya, namun kepada solusi yang menangani masalah tersebut agar cepat teratasi. Kemudian, saran praktis yang dapat penulis berikan adalah dalam pembuatan *website*, penulsi sarankan untuk memerhatikan *layout website* seperti apa yang dibutuhkan untuk memberikan informasi dengan lengkap. Diharapkan untuk

berhati-hati dalam memilih apakah *website* yang dibuat dalam bentuk *desktop* atau *mobile*. Karena *layout website* sangat berpengaruh dengan informasi yang akan dituliskan di dalamnya.

2. Universitas

Saran yang dapat diberikan penulis kepada universitas adalah untuk melakukan hubungan kerja sama dengan lembaga-lembaga kesehatan di luar sana yang membutuhkan informasi mengenai sebuah solusi dari masalah mental dan melakukan penyebaran media informasi seperti yang dirancang untuk membantu mereka yang membutuhkan.

