

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian tersebut adalah penulis dapat mengetahui terapi kesehatan mental dalam menangani dewasa awal yang menderita penyakit *Obsessive Compulsive Disorder* di hospital Sultanah Aminah, Johor, Malaysia. Penulis dapat memberikan kesimpulan hal tersebut adalah sebagai berikut:

1. Faktor-faktor yang melatarbelakangi penyakit OCD ini bisa terjadi pada seseorang pasien adalah berawal dari faktor lingkungan, neuropsikoterapi, pemikiran dan emosi yang negatif, menderita gangguan jiwa lain yang bertumpang tindih, trauma dari pengalaman masa lalu. Menurut psikolog tersebut adalah berdasarkan faktor internal yang dapat dipengaruhi oleh kepribadian rapi, teliti dan perfeksionis yang dimiliki individu, dan faktor eksternal yang bisa saja dipengaruhi dari lingkungan keluarga dan lingkungan sosial di tempat tinggalnya.
2. Metode terapi kesehatan mental yang dilaksanakan oleh psikolog di HSA dalam upaya menangani pasien dewasa awal yang menderita OCD antaranya adalah metode psikoanalitik, medikasi, metode agama, ~~alat~~ teknologi modern (IT), metode relaksasi, metode direktif, temu bual motivasional, berolahraga dan mengendalikan perasaan cemas.
3. Dukungan keluarga terhadap penyembuhan pada pasien OCD adalah dengan mengajaknya menemui psikolog untuk mendapatkan rawatan, menemani pasien pergi ke rumah sakit, memberikan dukungan moral dengan kata-kata semangat yang mampu menenangkannya, tidak

meremehkan pasien dengan ejekan yang bisa menyinggung hatinya, tidak meninggalkan pasien bersendirian dan meluangkan waktu bersamanya, bersifat terbuka dengan meluangkan waktu untuk mendengar masalah yang sedang dihadapinya agar lebih mampu memahami dirinya kelak, berikan galakkan dan keyakinan kepada pasien untuk mendorongnya agar sering berfikiran positif, dan tidak memaksa pasien untuk berhenti dari melakukan hal-hal obsesif yang biasa dilakukannya, sebaliknya menantang secara bertahap dengan menggunakan ayat yang bisa diterima oleh kondisi dirinya.

#### **B. Saran**

Dalam menjauh dari masalah kesehatan mental serta usaha dalam membawa metode konseling ke tingkat yang lebih baik dan bisa menyelesaikan masalah penyakit jiwa ini dari terus diderita oleh dewasa dan kebanyakan masyarakat kini, maka peneliti di sini memberikan saran-saran yang dianggap perlu untuk kedepannya adalah:

1. Diharapkan kepada pegawai psikologi departemen psikiatri di Hospital Sultanah Aminah, Johor harus berusaha menemukan berbagai metode baru dalam meningkatkan kualitas program khususnya untuk mengatasi masalah kesehatan mental yang dialami oleh kebanyakan orang saat ini dan alangkah baiknya jika bisa mendapatkan pertolongan dari pihak yang berada di luar negara sebagai hasil kerjasama antar negara demi kesehatan masyarakat.
2. Diharapkan kepada semua orang yang menderita OCD, harus memiliki pengetahuan dan mengetahui solusi yang optimis dalam menangani

penyakit ini saat kecemasan muncul di benak pikiran dan perasaannya. Hal ini agar pasien dapat mengatasi faktor-faktor yang menjadi pemicu dirinya dari terus melakukan sesuatu perkara berulang-ulang (kompulsif). Dengan demikian, pasien OCD akan dapat membina kehidupan sendiri yang lebih baik di masa depannya dengan mengetahui cara mengendalikan kecemasan dan tindakan yang berulang. Selain itu, pasien juga membutuhkan pertolongan dan pengobatan dari dokter dan psikolog yang lebih berpengalaman maupun psikolog yang lebih berpengalaman dalam menangani penyakit OCD ini agar proses perawatan tersebut dapat berjalan dengan lebih baik. Selain itu, pasien juga harus memiliki prinsip ilmu agama yang bisa menjadi penunjuk di dalam hidupnya agar segala yang dilakukannya sesuai dengan syari'at dan yang pastinya menjanjikan kesuksesan dan kebahagiaan di dunia dan akhirat.

3. Diharapkan kepada golongan dewasa, anda harus mengetahui tugas-tugas perkembangan berdasarkan rentang kehidupan manusia dan juga mampu menyeimbangkan antara tugas karyawan serta tugas sebagai individu yang berkeluarga. Disamping itu, orang dewasa juga harus menjaga hubungan sosial yang baik dengan lingkungan di sekitarnya agar faktor sosialnya tidak mengalami masalah dan dapat berkomunikasi dengan masyarakat secara baik dan dapat hidup damai bersama.
4. Diharapkan kepada pemerintah di Malaysia, diharapkan dapat memberikan dukungan dan bantuan seperti saran dan nasehat buat

masyarakat supaya mereka senantiasa menjaga kesehatan fisik dan mentalnya agar bisa kekal bahagia dengan kesehatannya, dari segi dana program dan keuangan bahkan dari segi tenaga manusia dalam memastikan bahwa segala upaya yang akan dilakukan oleh bagian psikiatri di rumah sakit menjadi sukses dan dapat dilanjutkan sesuai perkembangannya dari zaman ke zaman.

