

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Proses implementasi berdasarkan *Dialectical Behavior Therapy* (DBT) ini melalui serangkaian strategi terapi untuk mengatasi *Borderline Personality Disorder* (BPD). Terapi ini terdiri dari berbagai *treatment*, antara lain: *individual therapy*, *skills training*, *telephone contact*, dan *therapist consultation*. DBT juga menekankan pada pembangunan hubungan terapeutik yang kuat antara karakter utama dengan psikiaternya, yang memungkinkan eksplorasi yang mendalam terhadap pengalaman emosional dan konflik internal yang mendasari gejala dari BPD.
2. Analisis karakterisasi BPD pada tokoh utama menggambarkan gejala *emotional lability*, *anxiousness*, *separation insecurity*, *depressivity*, *impulsivity*, *risk taking*, dan *hostility*. Melalui dialog dan aksi tokoh utama, serial ini menyoroti kompleksitas dan kesulitan yang dihadapi individu yang mengalami BPD.
3. Analisis efektivitas DBT dalam menangani BPD pada tokoh utama menunjukkan hasil perubahan positif. DBT membantu tokoh utama dalam mengembangkan keterampilan regulasi emosi yang lebih baik, meningkatkan kemampuan dalam mengelola konflik interpersonal, dan mengurangi perilaku destruktif. Efektivitas DBT sebagai metode terapeutik yang berharga dalam mengelola dan meredakan gejala BPD, serta memberikan harapan bagi individu yang mengalami BPD

B. Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah agar dilakukan studi komparatif antara efektivitas *Dialectical Behavior Therapy* (DBT) dengan terapi lain yang digunakan dalam penanganan *Borderline Personality Disorder* (BPD), seperti *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) atau Schema Therapy. Penelitian ini sebaiknya melibatkan sampel yang lebih besar dan beragam, serta menggunakan metode penelitian kualitatif dan kuantitatif untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif. Selain itu, eksplorasi lebih lanjut mengenai pengalaman subyektif pasien dan pengaruh terapi terhadap kualitas hidup mereka, termasuk hubungan interpersonal dan kepuasan diri, dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai manfaat jangka panjang dari setiap pendekatan terapi. Penelitian juga perlu mempertimbangkan variabel-variabel seperti durasi terapi, intensitas sesi, dan dukungan sosial untuk memahami faktor-faktor yang mendukung keberhasilan terapi bagi penderita BPD.

