

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah peneliti lakukan terhadap keempat responden maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Profil remaja puteri yang mengalami trauma pengasuhan di 4 kecamatan kabupaten Serang sebagai berikut: RN, DS, SH dan EM Sebelum penerapan terapi memaafkan secara umum empat responden mengalami emosi negatif berupa rasa takut, marah, sedih, kecewa, sakit hati, rendah diri, merasa gagal, tidak percaya diri, kesepian dan berfikir negatif berlebihan. Mereka mulai mengalami trauma pengasuhan pada rentan usia Anak-anak yang pengaruhnya sangat besar bagi psikologisnya dan sangat mudah untuk mengingat perihal yang terjadi di lingkungan terdekatnya

kejadian trauma kepengasuhan yang terjadi berlanjut sampai usia Dewasa.

2. Penerapan terapi memaafkan untuk mengurangi trauma pengasuhan, dilakukan dalam 3 tahap. Pertama, peneliti membangun hubungan dengan responden dan keluarga menggunakan teknik meditasi cinta kasih dan melakukan pendekatan lingkungan keluarga; Kedua peneliti mendefinisikan masalah dengan menggunakan teknik Ego State Therapy dengan proses wawancara mendalam terhadap masing-masing responden; Ketiga peneliti mengdiagnosis pada setiap masalah yang dialami responden dan peneliti memfasilitasi perubahan dengan memberikan teknik Terapi Memaafkan (Forgiveness Therapy) dengan menggabungkan terapi Meditasi Cinta Kasih dan Ego State Therapy memberikan dorongan dan juga penguatan.

3. Hasil penerapan terapi Memaafkan (Forgiveness Therapy) dalam mengurangi trauma pengasuhan, yang dialami oleh responden RN, DS, SH dan EM secara umum terjadi penurunan 10 emosi negatif selain itu ke empat responden memperoleh emosi positif yakni berusaha melupakan peristiwa traumatis, berfikir positif dan optimis. Berdasarkan perilaku yang dilakukan oleh keempat responden, terlihat adanya perubahan kognitif yang meliputi perubahan perilaku dan sikap responden. Keempat responden yaitu RN, DS, SH dan EM mampu merubah keadaan sikap trauma yang di miliknya yang berdampak kurang baik terhadap dirinya setelah melakukan terapi memaafkan keempat responden ini mengalami perubahan yang cukup signifikan sehingga mampu beradaptasi kembali dan bersosialisasi terhadap keluarga dan teman sebayanya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dari kesimpulan diatas, maka peneliti penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Orangtua

Peneliti berharap kepada orangtua agar dapat mengawasi, memberikan bimbingan yang menyangkut hal-hal trauma kepengasuhan kepada anak-anaknya agar mereka mampu mengontrol emosi mereka dan mendengarkan arahan dan menerima setiap kondisi yang dihadapi.

2. Keluarga

Bagi keluarga baik kakek ,nenek, bibi, dan siapapun yang merupakan bagian dari keluarga anak tersebut, bisa membantu membimbing anak tersebut mau melakukan hal-hal positif bukan malah di kucilkan dari keluarganya.

3. Mahasiswa/peneliti

Peneliti berharap adanya penelitian yang selanjutnya sehingga lebih bisa mendalami dan komprehensif terkait tema yang telah dibahas sebelumnya.