

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian lapangan dan analisis yang penulis lakukan mengenai REBT dalam mengatasi problem psikologis anak perempuan akibat menstruasi pertama yang dialami oleh siswi SDN 2 Kota Serang. Berikut disajikan kesimpulan yang merupakan jawaban terhadap permasalahan dalam penulisan skripsi ini sebagai berikut:

1. Problem psikologis akibat menstruasi pertama yang dialami oleh siswi SDN 2 Kota Serang yakni problem psikologis cemas, takut, malu, minder, kecewa dan jengkel.
2. REBT berfungsi dalam mengatasi problem psikologis anak perempuan akibat menstruasi pertama yang dilaksanakan pada siswi SDN 2 Kota Serang yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama. Bahwasannya kegiatan konseling REBT berdampak positif terhadap pola pikir dan tingkah laku siswi yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama. Dengan adanya kegiatan konseling REBT problem psikologis cemas, malu, minder, takut, kecewa dan jengkel dapat teratasi dengan baik berkat diadakannya kegiatan konseling REBT. Walaupun 3 diantara subjek penelitian yang mengalami problem psikologis malu yakni CA, SRAP dan ARZ masih belum teratasi. Sedangkan 2 diantara subjek penelitian yang mengalami problem psikologis jengkel yakni SRAP dan ARZ juga belum teratasi. Berdasarkan penelitian 70% siswi

yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama dapat teratasi sedangkan 30% masih belum teratasi.

B. Saran

Pada bagian akhir penelitian ini, peneliti menyampaikan saran bagi pihak-pihak yang terkait seperti anak perempuan yang akan memasuki usia pubertas agar dapat terhindar dari terjadinya problem psikologis akibat menstruasi pertama. Selain itu para orang tua, guru dan masyarakat agar dapat membantu mengatasi subjek yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama.

1. Bagi para subjek/ siswi yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama diharapkan agar lebih menambah wawasan seputar menstruasi agar subjek yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama dapat mengatasi problem psikologis akibat menstruasi pertama dengan wawasan yang diterima. Selain itu, siswi diharapkan untuk *sharing* kepada orang yang lebih memahami mengenai menstruasi agar terhindar dari terjadinya kesalahpahaman tentang menstruasi serta problem psikologis akibat menstruasi.
2. Bagi para Orang tua diharapkan untuk membagi wawasan seputar menstruasi kepada anak perempuannya agar dapat terhindar dari terjadinya problem psikologis akibat menstruasi pertama. Selain itu selalu mengajak anak perempuannya yang memasuki usia pubertas dan yang sudah memasuki usia pubertas untuk *sharing* seputar menstruasi agar dapat terhindar dari terjadinya kesalahpahaman mengenai menstruasi.

3. Bagi para guru diharapkan untuk dapat menambah wawasan pada pelajaran PAI, IPA, PENJAS mengenai pengertian wanita dewasa dan tanggung jawab seorang wanita yang sudah memasuki usia pubertas, serta wawasan tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi. Agar anak didiknya dapat terbekali wawasan seputar menstruasi dan wanita dewasa sejak dini. Sehingga anak didik yang menstruasi di usia anak perempuan akhir dapat terhindar dari terjadinya problem psikologis akibat menstruasi pertama.
4. Bagi masyarakat diharapkan untuk tidak memberikan mitos-mitos seputar menstruasi pada anak perempuan yang memasuki usia pubertas. Agar anak perempuan yang akan memasuki usia pubertas tidak takut dan mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama karena mitos-mitos yang diberikan oleh masyarakat. Selain itu, masyarakat pula diharapkan untuk dapat mendukung memberikan wawasan yang bermanfaat seputar menstruasi terhadap anak perempuan yang akan memasuki usia pubertas agar tidak ada lagi anak perempuan yang mengalami problem psikologis akibat menstruasi pertama.