BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Bentuk stres yang dirasakan oleh responden diantaranya yaitu: sakit kepala, rasa lemah, nafsu makan hilang atau selalu ingin makan, tidak dapat tidur atau tidur berlebihan, mimpi buruk, khawatir, panik, sering menangis, merasa tidak berdaya, perasaan kehilangan kontrol, ingin bunuh diri, ketidakmampuan membuat keputusan,hilang semangat, diam, perilaku sosial berubah secara tiba-tiba
2. Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* menggunakan teknik kognitif, perilaku dan emotif. Adapun tahap-tahap penerapan terapi tersebut meliputi: a. Tahap *attending* dan *assesment*, b. Penerapan teknik-teknik (emotif, perilaku, kognitif), c. Tahapan akhir dimana peneliti terus-menerus mendorong responden menggunakan pikiran rasional.
3. Hasil penerapan *Rasional Emotive Behavior Therapy* untuk mengurangi stres pada orang tua yang memiliki anak penderita skizofrenia sebagai berikut: responden JR mampu menghilangkan semua bentuk stres yang dialaminya, yakni mimpi buruk, panik, perasaan kehilangan kontrol, ingin bunuh diri, hilang semangat. Responden DH masih merasa sakit kepala, khawatir, panik, sering menangis, mersa tidak berdaya, ketidakmampuan membuat keputusan. Responden RH juga mampu menghilangkan sakit kepala, rasa lemah, nafsu makan hilang atau selalu ingin makan, tidak dapat tidur atau tidur berlebihan, khawatir. Responden ST mampu menghilangkan rasa lemah, khawatir,

perasaan kehilangan kontrol, ketidakmampuan membuat keputusan, diam, perilaku sosial berubah secara tiba-tiba.

B. Saran

Pada bagian akhir ini, penelitian akan memberikan beberapa saran diantaranya:

1. Penderita skizofrenia hendaknya lebih diperhatikan dan diawasi jangan sampai anak tersebut berkeliaran dan meresahkan warga.
2. Kepada orang tua hendaknya menanamkan dan terus membangun komunikasi yang baik dan memperlakukan anak dengan baik serta memberi pola asuh yang tepat sesuai usia anak.
3. Kepada masyarakat pada umumnya, supaya sama-sama menjaga dan membimbing agar terhindar dari masalah-masalah yang biasa dialami anak penderita skizofrenia.
4. Kepada pihak-pihak terkait seperti tenaga dan sarana medis, lembaga yayasan rehabilitasi, pekerja sosial, psikologi, konselor, dan lainnya supaya lebih mengoptimalkan kerjasama dalam upaya pemenuhan hak anak dan khususnya dalam hal pencegahan kekerasan terhadap anak penderita skizofrenia.