

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa gejala Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) selain disebabkan karena peristiwa traumatis yaitu kekerasan seksual, faktor lingkungan seperti orangtua juga dapat menjadi pemicu munculnya gejala atau memperkuat gejala pada anak. Pasca kejadian traumatis orangtua terutama Ibu dapat mengalami perubahan seperti mengalami beberapa kondisi yang menyerupai gejala PTSD seperti emosi negatif, gangguan konsentrasi, gangguan tidur, gejala menghindar dan mengalami perubahan fisiologis dan tekanan psikologis ketika mengingat kejadian traumatis. Selain ibu, Ayah juga memiliki pergaulan yang tidak sehat dan dapat menjadi faktor yang dapat memengaruhi kehidupan anak. Respon orangtua terhadap kejadian traumatis secara langsung memengaruhi Sehingga terapi pada orangtua bertujuan untuk mendukung proses pemulihan pada anak secara jangka panjang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa TF-CBT dapat membantu mengurangi gejala PTSD pada anak. Menghadirkan kembali ingatan tentang kejadian traumatis secara bertahap selama terapi dan mengajarkan kepada anak keterampilan mengelola gejala PTSD pada saat diingatkan dengan kejadian traumatis. Selain itu terapi pada orangtua juga membantu mengurangi emosi dan pikiran negatif pada

ibu, meningkatkan hubungan positif antar orangtua serta orangtua dengan anak. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa konsistensi orangtua dalam mempraktekan keterampilan pola asuh yang diajarkan turut memengaruhi kondisi anak.

B. Saran

1. Untuk peneliti selanjutnya

- a. Peneliti selanjutnya disarankan dapat menyiapkan teknik atau cara lain dalam menyampaikan materi komponen TF-CBT sehingga dapat mencegah rasa bosan pada anak saat proses terapi terutama jika komponen tersebut diberikan secara berulang.
- b. Peneliti selanjutnya disarankan dapat memilih terapis yang memiliki sertifikasi sebagai terapis CBT.
- c. Peneliti selanjutnya disarankan mempersiapkan dan membuat perencanaan tentang proses terapi sehingga kedua orangtua dapat hadir dalam setiap sesi.
- d. Peneliti selanjutnya disarankan untuk meningkatkan jumlah partisipan sehingga efektivitas TF-CBT pada anak dan orangtua dapat diketahui.

2. Untuk orangtua

- a. Orangtua disarankan untuk tetap konsisten dengan perubahan yang dialami selama terapi karena sangat memengaruhi kondisi anak. Seperti menerapkan keterampilan pola asuh pada anak.
- b. Orangtua disarankan dapat mendorong dan membantu anak untuk mempraktekan keterampilan dalam komponen TF-CBT untuk membantu anak dalam mengelola gejala PTSD ketika gejala kembali muncul.

