

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah penulis menganalisis data yang telah dikumpulkan, maka hasil akhirnya dapat penulis simpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran tentang kecemasan saat mengalami menopause sering marah, merasa tidak percaya diri, sering nangis sendiri, tidak bisa mengontrol emosi, suka berteriak
2. Faktor penyebab terjadinya kecemasan menopause yaitu : Adanya isu perselingkuhan, Cemburu yang berlebih, Kurang bisa mengontrol emosi, Berprasangka buruk
3. Bimbingan Keagamaan Setelah konselor memberikan *Bimbingan Keagamaan* untuk mengatasi kecemasan menopause pada klien “S” sehingga klien “S” mengalami perubahan, berkurangnya kecemasan yang klien “S” rasakan, klien “S” tidak mudah emosi, bisa berdamai dengan diri sendiri, lebih dekat kepada Allah.

## **B. Saran-saran**

Adapun saran yang bisa disampaikan dalam penelitian ini adalah

### 1. Untuk klien “S”

Untuk klien “ S” peneliti berharap semoga klien “S” jangan terlalu curiga dan cemburu, harus bisa mengontrol emosi lain, demi kebagian keluarga klien “S” sendiri dan Untuk keluarga klien “S”, semoga keluarga klien bisa mendampingi, menjaga, dan memberi semangat dan dorongan yang positif kepada klien “S”.

### 2. Bagi masyarakat

didalam Al-Qur’an surat ar rum ayat 54 yang artinya : Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki – nya dan dialah yang maha mengetahui lagi maha kuasa. Jadi sudah sangat jelas bahwa menopause sudah ada didalam Al-Qur’an sehingga bagi wanita yang akan menghadapi masa menopause atau yang sedang berada dimasa menopause untuk tidak terlalu cemas, karena hal yang akan terjadi saat masa menopause sudah merupakan takdir dari Allah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amin Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta : Amzah, 2010).
- Aminah Nina, *Studi Agama Islam, I* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2014)
- Arifin M, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*,  
(Jakarta: Prenada Media Grub, 2014)
- Arifin, *Pokok-pokok Tentang Bimbingan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1976)
- Bungin Burhan. *Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Dan Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta : Kencana, 2011)
- Dahlan Abdul Choliq, *Bimbingan Konseling Islam, (Sejarah Konsep dan Pendekatannya)*, (Yogyakarta : Pura Pustaka, 2009)
- Erman Amti, & Prayitno, *Dasar – Dasar Bimbingan Konseling*, (Jakarta : PT Rineka Cipta, 2015)
- Fiqih Aunur Rahim, *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*, (Yogyakarta : UII Press, 2011)
- Hawari Danang, *Psikometri Alat Ukur (Skala) Kesehatan Jiwa*, (Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2009)
- <https://www.google.co.id/url?q=http://eprints.umpo.ac.id/1699/2/BAB%25201.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwjwx9b5273XAhUM5o8KHZBXC7kQFjAAe>

gQIFRAA&usq=AOvVaw21szuf4o6xlh3Roecf5lqn diakses tanggal 15  
November 2017

[https://www.google.co.id /url?q=http://eropo.unud.ac.id/17172/3/1002106054-3-BAB%2520II%25281%2529.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwiOp8rGisXLAhVFNY8KHRN8BQ0QFjAAegQIFhAA&usg=AOvVaw21Y4IHMeOshCJC5ziWguS2](https://www.google.co.id/url?q=http://eropo.unud.ac.id/17172/3/1002106054-3-BAB%2520II%25281%2529.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwiOp8rGisXLAhVFNY8KHRN8BQ0QFjAAegQIFhAA&usg=AOvVaw21Y4IHMeOshCJC5ziWguS2) diakses tanggal 17 november 2017

<http://bkki.web.id/faktordiakses> tanggal 11 agustus 2018

Indrayanto, *Metodologi Penelitian Suatu Pengantar teori Dan Praktik*,  
(Palembang :CV. Amanah, 2017).

Kriyanto Racmat, *Teknik Praktik Riset Komunikasi :Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relation, Adversting, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*, (Jakarta:Kencana, 2006),.

Lubis Namora Lumongga. *Memahami Dasar Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*, (Jakarta : Kencana, 2011).

Marmi.*Asuhan Kebidanan Patologi*. (Yogyakarta :Pustaka Pelajar. 2011)

Mubarok Ahmad, MA, *Konseling Agama Teori dan Kasus*, (Jakarta : PT Bina Rena Pariwara, 2006)

Mulyadi, *Bimbingan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah*,(Jakarta: Prenadamedia Group,2016)

Musnamar Tohari, *Dasar – dasar Konseptual Bimbingan dan Penyuluhan Islam* (Yogyakarta: UII press, 1992).

Nurningsi(108104000033)[https://www.google.co.id/ulr?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25635/1/NURNINGSIH%2520%2520fkik.pdf&ved=2ahUKEwjQmsqrkpbAhVEjLwKHUv9DRMQFjAAegQIBxAB&usg=AOvVaw2-Ug329V217JabLqx\\_S-Hs](https://www.google.co.id/ulr?sa=t&source=web&rct=j&url=http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/25635/1/NURNINGSIH%2520%2520fkik.pdf&ved=2ahUKEwjQmsqrkpbAhVEjLwKHUv9DRMQFjAAegQIBxAB&usg=AOvVaw2-Ug329V217JabLqx_S-Hs).

Pearce Evelyn C. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*.(Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama Anggota IKAPI. 2010).

Permadi, *Iman dan Taqwa Menurut aAl-Qur'an* (Jakarta: Rineka Cipta, 1995)

Rosetta Reitz, *Menopause Suatu Pendekatan Positif* (PT.Bumi Aksara, 1993)

Safaria Nofrans Eka SaputraTriantoro ,*Manajemen Emosi*, (Yogyakarta :PT BumiAksara 2009) ,

Soedarmadji Hartono Dan Boy, *Psikologi Konseling* ( Jakarta : Prenada Media Grup, 2014),

Sohar Aminullah Cik, *Teori Bimbingan Konseling Islam*, (Palembang :IAIN RF Press, 2007)

Sugiyon, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*.(Bandung :Alfabeta, CV.2014)

Sukardi Dewa Ketut, *Pengantar Teori Konseling (Suatu Uraian Ringkas)*,

(Jakarta: PT. Ghalia Indonesia, 1985),

Suryabrata Sumadi, *Psikologi Kepribadian* (Jakarta : PT Raja Grafindo

Persada, 2008) hal. 139.

Tohari Hamin, *alqur'an TIKRAR*.(Kiaracandong Bandung : Sygma )

Tumanggor Rusmin, M.A, *Ilmu jiwa agama*, (Jakarta: Kencana, 2014),

Yin Robert K. *Studi Kasus (Desain Dan Metode)*. (Jakarta :Grafindo, 2003

### KISI-KISI INSTRUMEN PENELITIAN

NO	SUB.ASPEK	PERTANYAAN	KET
1	Faktor penyebab terjadinya kecemasan menopause	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Taukah anda dengan istilah menopause ?</li> <li>2. Diumur berapakah anda mengalami menopause ?</li> <li>3. Apa yang anda rasakan dan alami saat menopause ?</li> <li>4. Apa yang menyebabkan kecemasan terhadap menopause ?</li> <li>5. Apa pandangan terhadap diri anda ?</li> <li>6. Apakah anda merasakan ada perubahan pada diri anda?</li> <li>7. Bagaimana tingkat emosi saat menopause?</li> <li>8. Berpengaruhkah menopause dengan hubungan anda dan suami ?</li> <li>9. Berubahkah sikap dalam keluarga ?</li> </ol>	Klien dan suami
2	Gambaran kehidupan sehari-hari klien "S"	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana keadaan setelah anda</li> </ol>	

		<p>mengalami menopause ?</p> <p>2. Apa yang anda rasakan ketika menopause ?</p> <p>3. Apa dampak yang diakibatkan dari menopause yang anda alami ?</p>	
3	<p>Pendekatan(<i>Bimbingan Keagamaan</i>) dalam mengatasi kecemasan</p>	<p>1. Bagaimana perasaan anda setelah melakukan Pendekatan<i>Bimbingan Keagamaan</i> ?</p> <p>2. Bagaimana perilaku anda setelah melakukan Pendekatan<i>Bimbingan Keagamaan</i> ?</p> <p>3. Bagaimana perilaku kehidupan anda setelah melakukan Pendekatan<i>Bimbingan Keagamaan</i> ?</p>	