

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari data- data yang diperoleh, serta juga dengan melakukan analisis data tentang siswa depresi kognitif triad di MA Negeri Nglawak Kertosono, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan wawancara konselor, konseli dan keluarga konseli serta test who am i, kondisi siswa N yang mengalami depresi jenis kognitif triad di MA Negeri Nglawak Kertosono ciri- cirinya adalah memiliki kepribadian murung, sedih berkepanjangan, sensitif, mudah marah dan tersinggung, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya konsentrasi dan menurunnya daya tahan, depresi ini dikarenakan beberapa faktor yaitu siswa tidak mampu mengatasi persoalan yang timbul dalam kehidupannya secara tuntas, menutup diri serta tidak mampu berbagi cerita pada orang lain sehingga permasalahannya dipendam sendiri. Hal ini membuat siswa mengembangkan pikiran- pikiran negatif pada dirinya sendiri dan juga pada permasalahannya.
2. Berdasarkan data riwayat konseli maka diagnosis konseli adalah depresi cognitive triad dengan ciri- ciri yakni meyendiri, melamun, kehilangan minat untuk beraktivitas, murung, sedih berkepanjangan, sensitif, mudah

marah dan tersinggung, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya konsentrasi dan menurunnya daya tahan, memandang kehidupan adalah negatif, enggan menjalin relasi dan adanya pikiran bunuh diri. Prognosis dari kasus ini cenderung ke arah positif karena ada dukungan sosial yang cukup adekuat dari nenek dan bibi.

3. Dalam pendekatan konseling, konselor menggunakan konseling individu dengan terapi adlerian. Pelaksanaan terapi adlerian dalam mengatasi depresi jenis kognitif triad dikatakan berhasil, walaupun disana-sini masih terdapat kekurangan, akan tetapi kekurangan tersebut tidak akan mengurangi resiko teknik dan langkah- langkah yang terdapat dalam terapi adlerian dan hal tersebut dilakukan karenakan berdasarkan kondisi dan rasa tanggung jawab konselor atas keberhasilan bimbingan dan konseling yang sedang dilaksanakan.

Bahwa pelaksanaan konseling dengan terapi adlerian sudah dapat dikatakan baik dan sesuai dengan teori yang dipaparkan oleh peneliti. Hal ini sudah berdasarkan teori yang mampu mengatasi siswa depresi kognitif triad yaitu dengan menggunakan terapi adlerian dalam membantu mengatasi depresi jenis kognitif triad. Dalam membantu mengatasi siswa depresi jenis kognitif triad, konselor dengan menggunakan terapi adler (kognitif) untuk mengatasi pemikiran yang negatif menjadi positif.

4. Hasil dan tindak lanjut pelaksanaan terapi adler di MA Negeri Nglawak Kertosono dapat dikatakan berhasil walaupun belum seratus persen, akan tetapi dapat mengurangi tingkat pemikiran negatif dikalangan pelajar. Hal ini dapat dilihat setelah menjalani proses konseling, siswa N mengalami perubahan yang cukup baik yaitu rajin beraktifitas seperti biasanya, dan lebih memperhatikan keluarganya dan memulai membuka diri dengan orang-orang terdekat.

Aktifitas siswa N harus masih dipantau oleh konselor dan keluarganya untuk mengetahui sejauh mana perubahan yang ada pada diri siswa N dan dalam mekaksanakannya agar apabila tindakan-tindakan klien atau pikiran-pikiran siswa N seperti sebelumnya mendapatkan layanan konseling individual muncul lagi, maka konselor bisa mengevaluasi dan menindak lanjuti sehingga hal tersebut tidak muncul lagi dan siswa N menjadi anak baik.

B. Saran

Dari pemaparan kesimpulan diatas, maka diperlukan suatu masukan yaitu demi terciptnya dan terlaksananya Bimbingan dan Konseling di MA Negeri Nlawak Kertosono dengan baik dan sesuai prosedur, maka setiap permasalahan yang dialami peserta didik harus ditangani dengan terapi yang sesuai dengan masalah yang ada agar peserta didik dapat lepas dari masalah yang dialaminya atau dihadapinya.