BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan pokok-pokok bahasan yang telah peneliti sajikan dalam penelitian ini dapat menarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Dampak yang dialami seorang anak dari sikap otoroter orang tua:

a) Tidak percaya diri

b) Susah untuk terbuka dengan orang-orang sekitar

c) Males dalem menjalani hidup

2. Proses pelaksanaanterapi dengan mengikuti langkah-langkah yang ada dalam proses Konseling. Langkah konselor yang pertama adalah identifikasi masalah, disini konselor mengumpulkan data dari klien angsung yang berfungsi untuk mengenal kasus serta gejala-gejala yang nempak pada diri klien.

Sedangakan langakh kedua diagnose dengan menetapakan masalah yaitu rasa tidak percaya diri akibat sikap orang tau yang otoriter sehingga membuat dia susah untuk terbuka. Langkak berikutnya adalah prognosa dengan menetapkan jenis bantuan yaitu memberikan konseling dengan terapi Rasional Emotif.

Kemudian konselor memberikan treatmen atau terapi dengan teknik kognitif Home Workyaitu dengan cara melakukan konseling secara langsung, dan melakukan konseling secara sederhana, untuk merubah pemikiran klien yang irasional. Dengan tehnik Home Work

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Assigments (pemberian tugas rumah). Dalam teknik ini, klien diberikan tugas-tugas rumah untuk melatih, membiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola perilaku yang diharapkan. Teknik ini sebenarnya dimaksudkan untuk membina dan mengembangkan sikap-sikap bertanggung jawab, kepercayaan pada diri sendiri serta kemampuan untuk pengarahan diri, pengelolaan diri klien, serta mengurangi ketergantungan kepada konselor atau terapis. Terakhir follow up sekaligus mengevaluasi tindakan konseli dengan melihat perubahan-perubahan yang ada pada klien. Yang didapat berdasarkan pernyataan dan wawancara terhadap klien.

3. Hasil pelaksanaan terapi Rasional emotif dalam menangani kasus seorang anak yang memiliki rasa tidak percaya diri akibat pola asuh otoriter dikategorikan cukup berhasil. Hal ini ditandai dengan perubahan yang ditunukkan oleh klien, yaitu: klien kini sudah merasa muali nyaman dengan kehidupan yang dulu pemikirannya adalah bukan hidup yang dia pilih, sekarng klien sudah merasa percaya diri, sudah mulai berani melihat atau menatap siapapun yang mngajak dia bicara. Klien pun sudah mulai terbuka dengan orang-orang sekitar, sudah mulai mau menyapa tetangga –tetangga dekat rumah, yang dulunya tidak pernah dia lakukan.

B. Saran

Dalam penelitian ini, penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan oleh karena itu peneliti membutuhkan saran, agar tercapai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesempurnaan dalam penelitian ini.Kesempurnaan hanya milik Allah salah dan lupa adalah milik peneliti.

1) Bagi para remaja yang merasa memiliki rasa tidak percaya diri dan tertutup tidak mau menyapa. Ayoalah hlangkan rasa itu kalian masih mudah masa depan kalian masih panjang, jika kalian tetap seperti itu kalian tidak akan bisa berkembang, sedangkan hidup ini masih terus berjalan.
2) Bagi pembaca pada umumnya tidak ada satu orang pun di dunia ini tidak mengalami masalah, untuk itu dalam menghadapi masalah dengan segala bentuk permasalahan usahkan agar tidak selalu melihat atau bercermin ke masa lalu jika itu hanya menambah rasa sakit. Dan janganlah menjadi kan masalah sebagai beban hidup yang harus disimpan sendiri, cobalah untuk sedikit terbuka dengan orang disekitar yang menurut anda bisa menyimpan rahasia atau orang yang sanggup untuk membantu anda.
3) Bagi konselor dapat tetap memantau serta memberi motivasi agar klien lebih semangat. Dan apabila menghadapi kasus seperti penelitian ini hendaknya diperlukan waktu yang lebih lama, tidak cukup satu bulan untuk melakukan proseskonseling, agar hasil yang didapat atau tingkat keberhasilan lebih efektif. Bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri.[1]

[1]http://ooowh.blogspot.co.id/2012/02/pengertian-percaya-diri-cara-membangun.html diakses pada tanggal 3 Mei

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id