BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan, konseling dengan *Rational Emotive Therapy* dalam menangani *negative thinking* seorang anak terhadap ibu tirinya di Desa Tlogo Pojok Gresik dapat peneliti simpulkan sebagai berikut:

1. Proses *Rational Emotive Therapy* Dalam Menangani *Negative Thinking* Seorang Anak Terhadap Ibu Tirinya di Desa Tlogo Pojok Gresik adalah dengan mengikuti langkah-langkah konseling, langkah pertama yaitu identifikasi masalah untuk mengetahui bagaimana latar belakang terjadinya permasalahan dan gejala-gejala yang ada pada diri konseli. Langkah yang kedua adalah diagnosa, setelah dari hasil identifikasi masalah, konselor dapat mengambil suatu kesimpulan mengenai masalah yang ada pada diri konseli yaitu adanya pikiran-pikiran negatif mengenai ibu tirinya sehingga perilaku atau sikap konseli pun menjadi tidak baik. Langkah ketiga yaitu prognosa, menetapkan jenis bantuan atau terapi yang akan digunakan dalam membantu menyelesaikan masalah konseli. Dalam hal ini konselor menggunakan *Rational Emotive Therapy* dengan menggunakan teknik *Self Modeling*, *Dispute Cognitive*, *Assertive Training* dan Teknik *Reframing*. Kemudian konselor memberikan *Treatment/* terapi dengan teknik yang ada pada *Rational Emotive Therapy* yang sudah ditetapkan

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

dalam bentuk langkah prognosa yaitu menggunakan teknik *Self Modeling, Dispute Cognitive, Assertive Training* dan Teknik *Reframing*. Teknik *Self Modeling* digunakan untuk merubah pikiran-pikiran dan perilaku yang negatif terhadap ibu tirinya. Dalam hal ini konselor bertindak sebagai modeling dengan harapan agar konseli setelah mendapatkan modeling dari konselor perilaku maupun pikirannya dapat berubah. Teknik *Dispute Cognitive* digunakan untuk mengarahkan pikiran-pikiran negatif konseli ke arah yang positif, dengan cara mendebat argumen-argumen yang disampaikan konseli kepada konselor. *Teknik Assertive Training* digunakan untuk membiasakan perilaku baik konseli terhadap ibu tirinya dengan cara menyepakati hal yang harus dilakukan antara konseli dengan konselor. Teknik *Reframing* digunakan untuk membingkai ulang pikiran-pikiran konseli yang irasional. Terakhir adalah evaluasi atau *follow up*, mengevaluasi tindakan konseli dengan melihat perubahan-perubahan yang ada pada diri konseli setelah dilakukan konseling.

2. Hasil akhir Proses *Rational Emotive Therapy* Dalam Menangani *Negative Thinking* Seorang Anak Terhadap Ibu Tirinya di Desa Tlogo Pojok Gresik adalah dapat dikategorikan cukup berhasil. Hal ini dapat dilihat dari prosentase sebanyak 75 %. Dan juga dapat dilihat dari perubahan-perubahan perilaku konseli yaitu konseli sudah mulai berkomunikasi dan tidak cuek, tidak acuh tak acuh terhadap ibu tirinya.

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

Pola pikir yang irasonal sekarang sudah hilang kepada ibu tirinya serta konseli juga sudah mulai bersemangat lagi.

B. Saran

Adapun saran-saran dari peneliti adalah:

1. Secara teoritik

   Dalam penelitian ini merupakan sebuah penelitian kualitatif hingga dalam meningkatkannya diperlukan penelitian yang berkelanjutan agar dapat menyempurnakan penelitian ini, untuk dapat mencapai sebuah keberhasilan dalam menangani kasus *negative thinking* seorang anak terhadap ibu tirinya. Maka dalam proses konseling menggunakan *Rational Emotive Therapy* untuk dapat mengubah konseli.

2. Secara praktis

   Untuk ibu tiiri konseli, diharapkan agar selalu mempunyai sifat kesabaran yang sangat luar biasa untuk selalu memahami anaknya. Mencoba untuk terus bersikap *care* terhadap konseli.

   Untuk konseli diharapkan agar selalu membiasakan hal-hal baik yang telah disepakati antara konselor dan konseli saat proses konseling. Konselor berharap agar konseli dapat melakukan hal-hal baik terhadap ibu tirinya bahkan lebih dari itu.

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