BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Proses terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma seorang mahasiswa korban *bullying* ini menggunakan tahapan hipnoterapi pada umumnya, namun yang membuat berbeda adalah tahapan *giving solution/ follow up* pada akhir sesi. Adapun tahapan hipnosholawat sebagai berikut; pre induksi atau *pre talk,* dalam tahapan ini klien masih dalam keadaan sadar, konselor melakukan assesmen dan penggalian data dengan wawancara serta observasi. Konselor juga melakukan tahap diagnosa dan prognosa pada tahap ini. Sehingga dapat diketahui bahwa klien mengalami trauma akibat *bullying* di masa SMA nya. Simtom-simtom trauma yang dirasakan mengganggu aktivitas klien. Kemudian konselor membimbing klien untuk berdoa dan bertawasul serta melafalkan sholawat *tibbil qulūb* sebagai upaya menciptakan keadaan khusyu' dan kepasrahan. Setelah tahap pre induksi dilanjutkan dengan induksi, untuk membawa klien ke dalam kondisi *trance*. Kemudian *deepening* dan terapeutik dengan konsep pemberian sugesti *sirah* Rasulullah SAW sebagai nilai terapeutiknya. Setelah *deepening* dan terapeutik dilanjutkan pada tahap terminasi, yakni mengembalikan kesadaran klien dalam kondisi normal dengan menaikan

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

gelombang otak dari tetha ke alpha lalu ke gelombang betha. Dan pada tahap terakhir adalah *giving solution*, pada tahap ini dalam kondisi klien yang sadar, klien mengungkapkan perasaan, pelajaran serta perencanaan dalam hal harapan, dan tindakan konkret yang akan dilakukan ke depan.

2. Hasil akhir terapi Islam melalui hipnosholawat dalam menangani trauma seorang mahasiswa korban *bullying*. Dalam hasil akhir terapi ini dapat dilihat klien mengalami perubahan yang lebih positif, simtom-simtom trauma yang dirasakan mulai berkurang, klien mampu mengelola emosi, pikiran yang merupakan respon traumanya menjadi lebih baik dan positif. Klien mampu menerapkan nilai-nilai suri tauladan Rasulullah untuk mengatasi traumanya. Sehingga klien mampu kembali menunjukkan kompetensi dirinya, mengaktualisasikan diri dan terlihat lebih tenang.

   Peneliti menyadari bahwa simtom-simtom trauma yang dirasakan klien tidak dapat menghilang secara tuntas dan total, tapi peneliti mengasumsikan bahwa lingkungan keluarga yang terbangun dapat mendukung klien menjadi lebih baik.

B. Saran

Dari proses dan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyarankan kepada :

1. Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam.

   Sebaiknya perlu diadakan penelitian lanjutan terkait terapi hipnosholawat untuk klien trauma ataupun masalah psikologis lainnya.

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

Dengan tujuan memperkaya khazanah keilmuan sebagai konselor islami ataupun terapis Islam.

2. Masyarakat Umum

Permasalahan *bullying* di sekolah menjadi masalah klise yang sudah marak terjadi dan sering dibicarakan. Dari penelitian ini memberikan pengetahuan bahwa kejadian *bullying* dapat berdampak buruk menganggu integritas psikologis korban. Sehingga sebaiknya perlu berhati-hati dan menjaga setiap ucapan maupun perbuatan agar tidak menyakiti orang lain dan menganggu psikologisnya.

3. Guru

Adapun dilihat perlu adanya peran dan pendidikan dari pihak guru di sekolah, untuk peka terhadap kondisi murid-muridnya dan dapat memberikan tindakan secara bijak dan tepat kepada siapapun yang terindikasi membuli teman atau orang lain.

Akhirnya dengan penuh rasa syukur, peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti sadari bahwa penelitian ini masih perlu perbaikan. Sehingga semua saran dan kritik membangun senantiasa diharapkan.

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