BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh beserta hasil penelitian yang dilakukan terkait *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) dalam menangani Kecemsan pada Penderita *Ekstrapiramidal Sindrom* Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Proses *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) dalam menangani kecemasan pada penderita *Ekstrapiramidal Sindrom*, dilakukan secara bertahap sebagaimana tahapan konseling pada umumnya, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* / terapi dan diakhiri dengan *follow up* / evaluasi. Proses konseling dilakukan menggunakan langkah serta teknik-teknik dalam pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT). Adapun langkah-langkah *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) adalah (1) *engane with client* yaitu bekerja sama dengan konseli, (2) *assess the problem, person, and situation* yaitu melakukan assessmen terhadap masalah, diri konseli dan situasi, (3) *prepare the client for therapy* yaitu mempersiapkan konseli untuk terapi, (4) *implement the treatment program* yaitu mengimplementasikan program treatmen (dengan menggunakan teknik teknik *disputing irrational beliefs*, teknik *rational emotive imagery*, dan terakhir *modelling*), (5) *evaluate progress* yaitu

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

mengevaluasi kemajuan, (6) *prepare the client for termination* yaitu mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling.

2. Hasil dari proses *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) dalam menangani kecemasan pada penderita *Ekstrapiramidal Sindrom* menunjukan proses konseling yang dilakukan konselor cukup berhasil dalam menangani kecemasan yang dirasakan oleh konseli. Hal ini dapat dilihat dari wawancara terhadap konseli pasca konseling, observasi mengenai keseharian konseli pasca konseling, serta nilai yang didapat dari hasil penghitungan dengan standar uji coba dengan prosentase 50%, karena termasuk ke dalam standar uji 50% sampai dengan 75% yang dikategorikan cukup berhasil, maka hasil dari proses konseling dengan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) dalam menangani kecemasan pada penderita *Ekstrapiramidal Sindrom* dikatakan cukup berhasil.

B. Saran

Berdasarkan eksplorasi pustaka dan penelitian penulis tentang *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) yang diiplementasikan dalam menangani kecemasan pada penderita *Ekstrapiramidal Sindrom*, maka penulis berharap:

1. Bagi Konselor

   Penelitian mengenai *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) yang diaplikasikan dalam menangani kecemasan pada penderita *Ekstrapiramidal Sindrom* ini hendaknya dipertahankan serta dapat dilakukan penelitian lanjutan mengenai pengembangan *Rational Emotive*

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

Behaviour Therapy (REBT) dalam menangani gangguan emosional lainnya terutama bagi para konselor muda khususnya mahasiswa BKI Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

2. Bagi Konseli

   Setelah melakukan proses konseling dengan pendekatan, langkah-langkah, serta teknik-teknik *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), penulis berharap untuk kedepannya konseli dapat mempertahankan hasil yang telah dicapai pasca koseling. Apabila sewaktu-waktu konseli mengalami masalah yang sama seprti yang telah dialami, maka konseli dapat menerapkan teknik-teknik yang telah dilakukan saat proses konseling secara mandiri.

3. Bagi Mahasiswa BKI UIN Sunan Ampel Surabaya atau Peneliti Selanjutnya

   Penelitian ini berfokus pada proses *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) yang diaplikasikan dalam menangani kecemasan pada penderita *Ekstrapiramidal Sindrom* dengan melihat proses dan hasilnya, maka penulis menyarankan adanya penelitian lanjutan tentang pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), penderita *Ekstrapiramidal Sindrom*, serta tentang gangguan kecemasan maupun gangguan emosi lainnya. Hal ini sangat perlu guna mengembangkan khazanah ilmu pengetahuan mahasiswa BKI serta peneliti selanjutnya, mengembangkan serta menyempurnakan penelitian ini yang jauh dari sempurna karena masih banyak kekurangan, dan dapat mempersembahan karya terbaik.

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