BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dari hasil penelitian *Solution-Focused Brief Therapy* dalam menangani stres seorang wanita mualaf atas penolakan dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak, Malaysia adalah sebagai berikut:

1. Proses bimbingan dan konseling Islam dengan *Solution-Focused Brief Therapy* dalam menangani stres seorang wanita mualaf di Kampung Sesok, Sarawak, Malaysia terdapat lima langkah proses konseling yang telah dilakukan yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/*treatment*, diantaranya adalah:
   a. Membina *rapport*
   b. Menggunakan teknik *Problem-Free Talk*
   c. Mendefinisikan *problem* dihadapi oleh konseli
   d. Mendiskusi target yang ingin dicapai
   e. Menyadarkan potensi yang dimiliki oleh konseli
   f. Menggunakan teknik *Miracle Question*
   g. Menetapkan solusi
   h. Memberikan *assignment*
2. Hasil bimbingan dan konseling dengan *Solution-Focused Brief Therapy* untuk menangani stres yang dihadapi oleh seorang wanita

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

mualaf atas penolakan dakwahnya di Kampung Sesok, Mukah, Sarawak dapat dilihat dari proses konseling yang telah dilakukan oleh konselor pada konseli yaitu adanya kesadaran konseli terhadap potensi yang ia miliki, mampu menetapkan dan merencanakan solusi dengan memanfaatkan potensi yang sedia ada dan aktivitas di Pondok Komuniti terus berjalan dengan normal yang sebelumnya konseli pernah merasa ingin putus asa dari meneruskan usahanya dan sekarang setelah mendapatkan banyak dukungan dari berbagai pihak, fitnah yang dilakukan ke atas konseli berkurang sehingga konseli bisa melakukan dakwah kepada keluarganya dengan baik tanpa sebarang gangguan dari kepala desa.

B. Saran

Setinggi syukur kepada-Nya, upaya dalam menyelesaikan tugas akhir telah selesai . Dalam segala proses untuk terwujudnya skripsi ini penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian ini dengan rujukan penelitian yang relevan, agar penelitian selanjutnya dapat lebih baik dan sempurna.

1. Bagi konselor sebaiknya mengasah kemampuan mengenai keterampilan komunikasi konseling agar proses konseling bisa dilaksanakan dan mencapai hasil yang diinginkan. Selain itu, sebaiknya konselor mampu meraih kepercayaan konseli agar konseli

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

lebih terbuka dan ada rasa kenyamanan saat proses konseling dijalankan.

2. Bagi konseli sebaiknya mampu mengawal perasaan dan pikiran irasional agar tidak kesulitan dalam menjalani hidupnya. Konseli juga diharapkan agar mampu mencari jalan untuk menemuka solusi yang terbaik dari diri sendiri maupun dari orang lain.
3. Bagi para pembaca pada umumnya, diharapkan agar bisa mengeksplorasi kemampuan diri serta memanfaatkan potensi yang dimiliki untuk mengatasi masalah dalam kehidupan.
4. Bagi peneliti lain, diharapkan agar bisa menguji ulang penelitian yang terkait dengan penelitian ini dengan populasi yang luas lagi dan sampel yang lebih beragam juga agar menghasilkan penelitian yang lebih berkualitas.

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