BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Dari keseluruhan uraian dalam skripsi ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. kasus penyimpangan sosial yang dilakukan seorang remaja di desa Tobaddung Bangkalan, yaitu penipuan, perjudian, dan pengaruh negatif berdapak buruk terhadap lingkungan sekitar, terutama pada diri klien, dan keluarga, segala sesuatu yang dapat menimbulkan hal negatif adalah suatu penyimpangan, dan segala sesuatu penyimpangan akan mempunyai sebab dari terjadinya sebuah penyimpangan, yang perlu di ketahui oleh semua orang, terutama orang tua, yang selalu harus memantau apapun yang di lakukan anaknya, dan didikan yang kuat untuk menguatkan pula pemikiran hati dan iman dari seorang anak.
2. Faktor penyebab suatu penyimpangan adalah lemahnya suatu keteguhan hati dan pendirian untuk bertahan dalam kefitrahan, kalah dengan keinginan, salahnya suatu pergaulan, dan juga kurangnya didikan dari keluarga terutama orang tua.
3. Proses pelaksanaan dilakukan dengan 5 langkah yaitu:
   a. Identifikasi masalah
   b. Diagnosis
   c. Prognosis

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

d. Treatment

Langkah pelaksanaan bantuan atau bimbingan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang dilakukan dalam langkah prognosa. Yaitu langkah yang dilakukan dengan memodifikasikan antara pelaksanaan relaksasi dan pelaksanaan suatu dzikir yang digunakan dalam terapi ini, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1) Langkah pertama melakukan pemantapan niat dengan sebenar-benarnya dan mandi taubat pembersihan diri.
2) Adalah berdoa kepada Allah dan meminta pertolongan Allah.
3) Melakukan relaksasi dzikir dengan menegangkan sebagian otot dan latian pernafasan dengan mengucapkan استغفرالله العظيم
4) Melaku relaksasi tegangan otot bagian leher dan mengucapkan 2 kalimat syahadat اشهد ان لا اله الا الله واشهد ان محمد رسول الله
5) Melakukan perefresan otak dengan menyebut asma Allah dan kemudian menjadi kesaksian dengan mengucapkan kalimat tahlil لا اله الا الله
6) Melakukan penegangan otot punggung dan penenangkan pikiran, hati dengan memuji Allah dengan سبحان الله dan ucapan syukur dengan tahmid الحمدلله dengan segala nikmat yang diberikan Allah kepada hamba-Nya.
7) Melakukan latian pernafasan dan penegangan semua otot-otot mulai dari leher perut punggung dan semuanya, kemudian mengendorkan semua otot-otot tersebut perlahan, merilekskan

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 mengulang latian pernafasan santai dan penuh dengan kegembiraan dengan selalu tersenyum untuk mencapai ketenangan dan kedamaian yang sempurna dalam hidupnya mendapatkan kebahagiaan yang sempurna di dunia maupun di akhirat

e. Evaluasi & *follow up*

4. Hasil dari bimbingan dan konseling islam dengan terapi relaksasi dzikir terhadap penyimpangan sosial seorang remaja memberikan hasil untuk diri klien, dengan adanya perubahan perilaku yang dilakukan klien. Hal ini dilihat dari adanya suatu penurunan dari perilaku negatif klien dan adanya suatu peningkatan perilaku positif dari diri klien.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan kesimpulan yang diambil maka dapat diajukan saran yang mungkin akan berguna bagi orang lain:

1. Bagi Klien

   Hendaknya bagi klien harus ada kemauan yang timbul dari hati dan tekat yang kuat untuk berubah menjadi orang yang baik dan dapat bermanfaat dunia dan akhirat.

2. Bagi Orang tua

   Keluarga adalah hal yang paling menentukan perkembangan dan karekter seorang anak terutama orang tua, sesibuk apapun orang tua seharusnya menyempatkan diri untuk meluangkan waktunya untuk

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

seorang anak, walau hanya sekedar bertanya aktifitasnya, kasih sayang yang ingin dibuktikan tidak harus dengan segala sesuatu yang diinginkan anak harus tercapai dan di penuhi.

3. Bagi Pembaca

Diharapkan bagi pembaca hususnya untuk mahasiswa jurusan Bimbingan Konseling Islam untuk melanjutkan dan mengembangkan proses pelaksanaan bimbingan konseling islam denga terapi relaksasi dzikir ini, bukan hanya untuk seorang klien namun juga untuk diri sendiri, untuk dapat mendekatkan diri kapa Allah. Selain itu, diharapkan kepada peneliti selajutnya untuk lebih menyempurnakan kembali penelitian ini di karenakan penelitian ini jauh dari kesempurnaan dan dikarenakan keterbatasan peneliti.

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