BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai kecemasan pada pemuda yang gagal tes TNI di wilayah Sambibulu Taman Sidoarjo, maka disimpulkan sebaagai berikut sesuai dengan rumusan masalah yang peneliti angkat sebagai berikut:

1. Proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan terapi Rasional Emotif dalam menangani kecemasan pada seorang pemuda yang gagal tes TNI AL di desa Smabibulu Taman Sidoarjo. Terdapat kesamaan antara teori dan praktek di lapangan, adapun langkah-langkahnya yaitu identifikasi masalah, diagnosa, prognosa, terapi/treatment. Selain itu, diantara tehnik terapi rasional emotif yang ada, konselor memakai sebagian tehnik, diantaranya yaitu tehnik *self control*, bibliografi, diskusi. namun tetap tidak mengurangi maksud dan tujuan dalam terapi rasional emotif yang diantaranya yaitu mengubah cara berfikirnya yang irasional menjadi rasional
2. Hasil pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan terapi Rasional Emotif dalam menangani kecemasan pada seorang pemuda yang gagal tes TNI AL di desa Sambibulu Taman Sidoarjo.

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

hasil dari proses bimbingan konseling Islam dengan terapi rasional emotif dalam mengatasi kecemasanpada pemuda yang gagal tes TNI termasuk dalam kategori cukup berhasil. Berdasarkan prosentase dapat diketahui 62% gejala yang tidak nampak, 25% gejala yang kadang-kadang nampak, dan 12% gejala yang masih nampak. dari tingkat keberhasilan dari proses serta terapi yang telah digunakan.

B. Saran

Dalam penelitian ini, penulis atau peneliti menyadari masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian yang tentunya akan merujuk pada penelitian yang sudah ada. Dan dengan harapan agar peneliti yang di hasilkan nantinya dapat menjadi lebih baik lagi. Dan kiranya penulis atau peneliti ini untuk memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti

   Bagi peneliti selalu berusaha dan belajar untuk menggali lebih mendalam lagi tentang bagaimana mengatasi kecemasan saat mengalami gagal tes dalam mencari sebuah pekerjaan

2. Bagi subyek penelitian

   Pekerjaan merupakan kebutuhan yang sangat penting dalam kehidupan, sebab dari bekerja itulah manusia dapat mencukupi kebutuhannya. Namun, yang harus di sadari adalah pekerjaan

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

yang baik bukanlah yang hanya terlihat gagah dan berwibawaa dipandang masyarakat, namun pekerjaan yang baik adalah pekerjaan yang mampu membawa keberkahan dalam hidup.

3. Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam

Bagi para mahasiswa, masih perlu diadakan penelitian yang lebih mendalam dan mendetail tentang mengatasi kecemasan saat gagal tes TNI (pekerjaan).

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