BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan. Maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang ayah pada perkembangan anaknya di Desa Sukodono Panceng Gresik adalah dengan mengikuti langkah-langkah yang ada dalam proses konseling. Langkah konselor yang pertama adalah identifikasi masalah, dilakukan untuk mendapatkan informasi tentang permasalahan klien.

   Langkah yang kedua adalah diagnosa dengan menetapkan masalah yang dihadapi klien. Adapun masalahnya adalah kecemasannya pada perkembangan anaknya yang disebabkan oleh istrinya pergi meninggalkan klien dan kedua putrinya.

   Langkah yang ketiga menetapkan jenis bantuan atau prognosa dengan menggunakan terapi realitas Karena kecemasan yang dialami klien disebabkan karena ketidakmampuan klien dalam melihat sesuatu sesuai dengan realitasnya sehingga tidak mampu bertanggung jawab.

   Langkah yang ke empat adalah treatment atau terapi, yaitu dengan terapi realitas, digunakan agar klien dapat berfikir secara realistis sehingga mampu bertanggung jawab. Adapun teknik yang digunakan yaitu, membantu klien dalam menghadapi kenyataan, serta menilai

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

tingkah lakunya sendiri secara realitas sehingga mampu bertanggung jawab, dengan meyakinkan klien tentang kenyataan yang ada dan membantu menilai tingkah laku klien sehingga dapat bertanggung jawab.

Menolong klien untuk merumuskan tingkah laku apa yang akan diperbuatnya, klien dan konselor sama-sama merumuskan rencana-rencana spesifik bagi tindakan klien selanjutnya. Dan memberikan model rencana alternatif lain berkaitan dengan masalah yang dialami klien yang langsung dilakukan dalam kehidupannya.

Langkah yang terakhir adalah *follow up* sekaligus mengevaluasi tindakan klien dengan melihat perubahan-perubahan yang ada pada diri klien.

2. Hasil akhir pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang ayah pada perkembangan anaknya di Desa Sukodono Panceng Gresik dikategorikan cukup berhasil (hasil prosentase sebanyak 75%). Dapat dilihat dari perubahan yang ditunjukkan oleh klien yaitu : kondisi klien yang semula sering was-was dan tidak tenang menjadi sedikit tenang dan tidak was-was lagi. Yang semula ingin lari dari kehidupan dengan jarang pulang kerumah kini setiap hari pulang kerumah menemani anak-anaknya belajar, bermain, mengajak anaknya keluar rumah dan menemani anaknya pada event-event di sekolahnya. Selain itu klien yang dulunya mudah tersinggung dan marah kini sudah bisa bercanda dan lebih membuka diri dengan keluarga, tetangga, dan teman-teman yang lainnya. namun ada 25 %

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

gejala yang kadang-kadang dilakukan klien yaitu, tidur terganggu, was-was dan tidak tenang.

B. Saran

Mengingat pentingnya bimbingan konseling Islam dalam kehidupan, maka peneliti akan memberikan saran-saran guna memberikan kesempurnaan pada penelitian selanjutnya. Hal ini dikarenakan penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan sebab adanya keterbatasan peneliti baik dari segi pemahaman, pemikiran maupun referensi.

1. Bagi klien supaya bersikap lebih tenang dalam menghadapi masalah agar dapat berfikir lebih jernih dan realistis
2. Bagi konselor, apabila menghadapi kasus seperti pada penelitian ini hendaknya diperlukan waktu yang lebih lama agar hasil yang didapat lebih efektif dan tingkat keberhasilannyapun lebih baik.
3. Bagi pembaca pada umumnya janganlah menjadikan masalah sebagai beban hidup, jadikanlah masalah sebagai sahabat kita. Seberat apapun beban masalah yang kita hadapi, percayalah bahwa semua itu tidak pernah melebihi batas kemampuan kita. Tegas akan diri sendiri, buang sifat negatif dan lakukan yang baik, kegelisahan hanya milik yang putus asa.

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