BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian, peneliti mendapatkan data-data yang diperoleh dari penelitian, dan peneliti akan menyimpulkan data-data tersebut. Dalam pembahasan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas dalam mengatasi Anxiety seorang Remaja Akibat Perceraian Orang tua di wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya. Dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Proses pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam mengatasi kecemasan seorang remaja akibat perceraian Orang tua di wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya. Melalui langkah-langkah yang ada dalam konseling. Peneliti menggunakan terapi realitas dengan menggunakan 2 teknik yaitu berperan sebagai model atau guru dan humor. Dalam pelaksanaan kedua teknik tersebut bisa dibilang cukup lancar terbukti klien bisa tertawa dan mau menuruti saran dari konselor. Langkah terakhir yaitu Follow Up sekaligus mengevaluasi tindakan klien dengan melihat serta pengamati perubahan-perubahan yang ada pada diri klien.
2. Hasil akhir dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling Islam dengan terapi realitas dalam menangani kecemasan seorang remaja akibat perceraian Orang tua di wilayah Kelurahan Bulak Kecamatan Bulak Surabaya. Dapat di kategorikan cukup berhasil karena klien tersebut

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

semakin lama semakin banyak berubahnya seperti tidur sering larut malam dan jarang makan sekarang sudah tidak. Dan yang asalnya dia suka menyediri dan mudah marah sekarang menjadi anak yang humoris dan suka bergaul seperti dulu. Walaupun masih ada beberapa tingkah laku yang kadang-kadang dilakukan seperti gelisah dengan bermuka murung dan tidak bersemangat. Namun syukurlah klien sekarang lebih terbuka terhadap masalahnya.

B. Saran

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian yang tentunya menunjuk pada hasil yang sempurna dengan harapan agar penelitian yang dihasilkan nantinya dapat lebih menjadi baik.

Adapun saran-saran dari peneliti adalah:

1. Bagi Pembaca

   Peneliti ini diharapkan dapat dijadikan pegangan bagi semuanya, khususnya pada mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling islam. Agar lebih terbuka ketika mempunyai masalah, ceritakan masalahmu kepada orang yang kamu percaya. Dan belajarnya mengambil hikmah disetiap kejadian agar tidak terjadi kecemasan yang berakibat pada depresi.

2. Bagi Keluarga

   Diharapkan untuk keluarga klien terus memantau dan tetap mengontrol perkembangan klien serta memberikan motivasi dan supprot

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

terhadap klien agar klien bisa melewati hari-harinya seperti dulu. Dan juga tetap kontrol agar dia selalu terbuka terhadap apa yang dirasakanya

3. Bagi Klien

Hendaknya klien harus tetap bersemangat Jalani dan sayangi apa yang klien miliki saat ini. Dan jangan menutup diri dari masalah hidupmu. Terbukalah kepada orang yang benar-benar klien percaya. Dan klien harus percaya setiap masalah pasti ada hikmah dan tujuanya. Serta klien harus semangat dalam meraih cita-cita yang klien. Dan lebih mendekatkan diri pada Allah SWT.

4. Bagi Konselor

Dapat tetap memantau serta dapat memberikan motivasi agar klien lebih semangat dalam menjalani kehidupanya yang sekarang. Konselor diharapkan untuk memambah pengetauannya dan wawasan tentang teori konseling agar dalam memberikan bantuan terhadap seseorang remaja yang mengalami kecemasan akibat perceraian orang tua dapat teratasi dengan baik. Dan konselor jangan mengharapkan imbalan atas segala waktu yang di luangkan untuk klien.

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Apabila dalam penelitian ini ada banyak kekeliruan mohon kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan penelitian yang selanjutnya.

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