BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan mengenai pengaruh Rational Emotive Therapy terhadap Kemandirian Santri maka dapat disimpulkan yang pertama yakni tentang model rational emotive behaviour therapy itu sendiri. Dalam pengkondisian awal sebelum mengarah ke proses rational emotive therapy tersebut, peneliti memberikan gambaran awal yang dikemas dalam sebuah training / pelatihan yang disitu mencakup pembahasan tentang Memperbaiki dan mengubah cara berfikir klien yang irrasional, Mengurangi gangguan emosional, Mendorong klien agar bisa mengarahkan diri, bertoleransi, terbuka dan berani. Semua gambaran awal tersebut dijelaskan tentang betapa pentingnya aspek-aspek tersebut dalam kehidupan. Setelah dijelaskan sedemikian rupa tentang gambaran awalnya, baru mengarah kepada inti dari rational emotive therapy yakni bentuk terapi yang mengkondisikan kepada obyek untuk melakukan proses pembiasan yang meliputi tiga aspek yakni, Aspek emosi, Intelektual, Sosial.

Selanjutnya untuk sejauh mana pengaruh rational emotive therapy terhadap kemandirian santri, yakni data yang didapat melalui angket lalu dianalisis dan di interpretasikan koefisien korelasinya, yakni ternyata dengan jangka waktu 3 minggu proses rational emotive therapy dilakukan dan data diolah dengan menggunakan rumus analisis uji-t. Data yang diperoleh peneliti dengan perhitungan analisis uji-t adalah 0.780 dan pada tabel interpretasi

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

menyatakan bahwa r = 0.780 > 0.000. Hal ini, menunjukkan bahwa antara variabel x dan y terdapat korelasi yang menyatakan cukup dengan hasil interpretasi 78.0%.

B. Saran

Teriring rasa syukur Alhamdulillah yang tidak terhingga kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga penulis dengan segala daya dan upaya dapat menyelesaikan karya skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penelitian ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian ini yang tentunya merujuk pada hasil penelitian yang sudah ada dengan harapan agar penelitian yang dihasilkan nantinya dapat lebih baik. Peneliti dalam hal ini berusaha memberikan saran-saran agar kedepannya penelitian bisa jauh lebih baik.

1. Bagi Konselor

Hendaknya mengamalkan ilmunya kepada masyarakat dan bermanfaat bagi orang banyak karena sesungguhnya sebaik-baik manusia adalah yang bermanfaat bagi orang lain. Berusaha selalu belajar mengasah kemampuan dalam hal membantu seseorang dan memberi motivasi seseorang sebagai langkah awal pembelajaran agar kedepannya bisa lebih baik dalam membantu masalah orang lain jika suatu saat menjadi konselor yang profesional.

2. Bagi Konseli

Jangan takut dalam menghadapi segala permasalahan hidup di dunia ini. Percayalah bahwa setiap permasalahan pasti bisa diselesaikan dan Allah

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

pasti memberikan suatu kemudahan dibalik semua kesulitan yang manusia hadapi. Selalu mengingat Allah merupakan salah satu cara untuk menenangkan hati dan pikiran. Ketika manusia diberi ujian oleh Allah, maka ingatlah bahwa Allah tidak memberikan hambaNya suatu ujian yang melebihi batas kemampuan hambaNya. Sewaktu manusia dapat dengan tenang dalam menghadapi permasalahan ataupun kecemasan yang dihadapinya, maka ia mampu berfikir positif dan mengetahui jalan keluar yang terbaik untuk menyelesaikan permasalahan tersebut. Salah satunya yakni dengan terus bersyukur.

3. Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam

Bagi para mahasiswa masih perlu diadakan penelitian yang lebih mendalam lagi mengenai rational emotive therapy untuk mengetahui lebih jelas dan rinci dari pengalaman hidup seseorang yang telah di lakukan.

4. Fakultas dan Jurusan

Terapi merupakan salah satu bentuk konseling yang bisa memberikan banyak manfaat dan penyembuhan bagi klien dari permasalahannya. Termasuk rational emotive therapy. Sehingga diharapkan Jurusan maupun Fakultas bisa memberikan ruang gerak bagi pengembangan terapi RET ini.

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