

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian terhadap permasalahan *insecure* yang dialami oleh santri qori di Pondok Pesantren Roudhotul Qurro, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. *Insecure* yang menjadi permasalahan dari ketiga konseli sama-sama berasal dari pemikiran konseli yang tidak rasional. Gambaran *insecure* yang dialami oleh ketiga konseli yaitu mereka sama-sama merasa takut, cemas, dan gelisah terhadap gejala *insecure* yang dialami. Penyebab *insecure* yang dialami AK merasa *insecure* karena tidak puas dengan penampilan yang dimiliki, sementara AS merasa *insecure* karena banyaknya orang-orang sekitar yang ahli atau mumpuni di bidang qori, dan SH merasa *insecure* karena kesulitan dalam mempelajari ilmu tilawah/qori.
2. Pada pelaksanaan konseling REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) ketiga konseli melaksanakan tahapan konseling yang sama di waktu yang berbeda-beda, konseling dilaksanakan dalam tiga pertemuan, dan masing-masing pertemuan memiliki beberapa tahapan. Tahapan yang dilakukan adalah membina hubungan baik, mengidentifikasi masalah pada konseli, proses menunjukkan pemikiran konseli yang tidak rasional, merancang tujuan konseling, mengajarkan cara berpikir logis dan tahapan pengakhiran.

3. Pada pelaksanaan konseling yang dilakukan terdapat faktor pendukung dan faktor penghambat. Faktor pendukung dari pelaksanaan konseling yaitu peneliti lebih mudah menggali permasalahan yang ada pada konseli, konseli lebih mudah terbuka pada konselor, dan lebih mudah menyesuaikan waktu pelaksanaan konseling. Sementara faktor penghambat dalam pelaksanaan konseling adalah konselor kesulitan dalam menerapkan tahapan konseling menunjukkan pemikiran yang tidak rasional.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dicapai, berikut adalah saran yang diajukan peneliti yaitu:

1. Bagi Responden

Responden diharapkan untuk tetap menjalankan terapi dengan waktu yang jarang, agar pemikiran responden lebih terarah dan agar rasa *insecure* yang ada pada diri responden segera hilang. Meski tidak melaksanakan sesi terapi diharapkan responden selalu berdiskusi dengan pihak pengurus agar bisa mencegah timbulnya pemikiran yang tidak rasional pada diri responden.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggunakan pendekatan dan teknik konseling dengan lebih mengembangkan baik secara teori, praktek lapangan, maupun metode penelitian.