BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan bahwa ada beberapa bentuk perubahan yang dialami oleh responden dengan menerapkan konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk mengtasi stres pada perempuan korban KDRT adapun penjelasan nya sebagai berikut :

1. Kondisi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, sangatlah tidak baik, tingkat stres yang dialami oleh responden termasuk tingkat stres berat. Indikator nya yaitu tertekan, bayangan masa lalu yang menyakitkan, menyalahkan diri sendiri, tidak nafsu makan, dan berfikir *irrasional*.
2. Penerapan konseling *rational emotif behaviour theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan sebagai korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, dilaksanakan selama enam kali pertemuan diantaranya :

- Pertemuanpertama melakukan observasi dan *Need Assesment*
- Pertemuan kedua melakukan wawancara, identifikasi masalah dan penetapan waktu konseling
- Pertemuan ketiga melakukan konseling ke-1
- Pertemuan keempat melakukan konseling ke-2
- Pertemuan kelima melakukan tindak lanjut dari konseling
- Pertemuan keenam, melakukan tahap akhir konseling, serta memberikan penguatan kepada responden.

3. Hasil Penerapan Konseling *rational emotif behaviour theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan sebagai korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, terdapat perubahan pada responden KK, sebelum melakukan konseling terdapat 14 indikator stress, lalu setelah melakukan konseling berkurang menjadi 4 indikator stress, pada responden MY sebelum melakukan konseling terdapat 9 indikator stress, namun setelah melakukan konseling selama enam kali pertemuan, MY mengalami perubahan dengan indikator stress menjadi 2. Dan pada responden ST sebelum melakukan konseling terdapat 7 indikator stress, namun setelah melakukan konseling selama enam kali pertemuan, ST mengalami perubahan dari semula 7 indikator stress menajdi 1 indikator stress.

B. Saran

Setelah melakukan proses penelitian, penulis memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Bagi responden

   Bagi responden diharapkan dapat mengendalikan pemikirannya agar tidak mudah berfikir irrasional yang dapat menggaggu dalam kehidupan, dan diharapkan untuk dapat lebih mempelajari tentang hubungan yang baik dalam pernikahan, bagaimana cara membangun komunikasi yang baik dengan pasangan, dan memahami sifat dan karakter pasangan, sehingga meminimalisir terjadinya kekerasan dalam rumah tangga.

2. Bagi pembaca
   a. Semoga seluruh pembaca karya ilmiah ini, dapat memahami isi yang terkandung didalam tulisan ini, mengenai stres yang dialami oleh perempuan korban KDRT.
   b. Diharapkan untuk pembaca agar dapat memanfaatkan karya tulis ini dengan sebagai semestinya

c. Bagi pemerintah diharapkan untuk mempertegas hukuman atas pelaku kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), karena semakin hari angka kekerasan, pelecehan, dan pemerkosaan semakin meningkat.