

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai konseling logoterapi untuk mengurangi depresi pada remaja akibat kehilangan kedua orang tua, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Semua responden dalam penelitian ini mengalami depresi yang cenderung ringan dan sedang, adapun gejala-gejala yang ada pada ketiga responden SC, AA dan NH adalah: sulit sekali tidur (insomnia), perubahan nafsu makan yang drastis, emosional, putus asa, sulit melakukan aktifitas sehari-hari, apatis, dan ada yang mengalami kecenderungan untuk melakukan bunuh diri.
2. Penerapan logoterapi untuk mengurangi depresi pada remaja akibat kehilangan kedua orang tua dilakukan dengan lima tahap konseling. Lima tahap konseling logoterapi tersebut yaitu: tahap pertama adalah tahap pembinaan rapport atau tahap perkenalan. Tahap kedua adalah tahap pengungkapan dan penjajakan masalah. Tahap ketiga adalah tahap dimana

konseli mengungkapkan semua yang dirasakan dan peneliti mencoba mengarahkan konseli untuk bisa menghadapinya. Tahap keempat adalah tahap dimana konseli dan peneliti menyamakan persepsi terhadap masalah yang dihadapi konseli. Dan tahap kelima adalah tahap evaluasi dan penyimpulan. Tujuan dari konseling ini adalah mengarahkan konseli untuk menemukan makna hidup dari masalah yang dihadapinya. Selain itu, diharapkan konseli dapat menyadari kemampuan dalam dirinya.

3. Hasil dari peneran konseling logoterapi mereka mulai bisa mengikhlaskan orang tuanya. Responden SC memilih untuk hidup dan bahagia demi mewujudkan cita-citanya, menyelesaikan kuliah dan mendidik adiknya menjadi orang yang berguna. Responden AA sedikit demi sedikit sudah bisa menerima cobaan yang dihadapinya serta ia ingin melihat adiknya menjadi orang yang sukses. Responden NH sudah bisa mengikhlaskan kepergian kedua orang tuanya, memperbaiki emosinya dan mulai memperbanyak berdoa.

## **B. Saran**

Dalam penulisan skripsi ini peneliti menyampaikan beberapa saran sebagaimana yang telah dijelaskan pada hasil konseling, maka penulis memberikan saran pada SC, AA, dan NH untuk lebih bersabar dalam menjalani kehidupan dengan lebih bahagia. Penulis berharap kepada jurusan bimbingan dan konseling islam agar memperbanyak kegiatan konseling di halaman, agar mahasiswa memperoleh ilmu dan pengalaman baru.