

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dijelaskan pada bab sebelumnya tentang penerapan Terapi Kognitif Behavioral dalam meningkatkan minat remaja pada kegiatan Remaja Masjid, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Faktor permasalahan psikologis yang dialami oleh remaja dari segi kognitif dan tingkah laku diantaranya menganggap kegiatan remaja masjid tidak menyenangkan, remaja lebih banyak bermain, tidak menyempatkan diri untuk ikut kegiatan dan malas. Faktor-faktor yang menyebabkan hal itu terjadi yaitu kurangnya sosialisasi kepada masyarakat terutama kepada remaja dari pihak Organisasi remaja masjid, serta program kegiatan yang

perlu diperbaharui agar menyenangkan dan diminati banyak orang. Kemudian faktor keluarga dan lingkungan juga berpengaruh pada tingkah laku remaja, seperti kurangnya perhatian orangtua pada anak-anaknya serta kurangnya pendidikan agama selama dirumah. Lingkungan pertemanan yang baik dan positif akan membawa seseorang pada kebiasaan dan tingkah laku yang baik, begitu pula sebaliknya.

2. Dalam mengatasi permasalahan, penulis menggunakan terapi kognitif behavioral dengan menggunakan teknik penguatan positif dan pekerjaan rumah. Teknik penguatan positif dilakukan untuk mengubah cara berpikir, kepercayaan dan asumsi klien dan mengubah kesalahan dalam aspek kognitif dari negatif ke positif. Dan untuk pekerjaan rumah dilakukan sebagai aspek behavioral agar klien dapat belajar mengubah perilaku dan memperkuat

cara berpikir serta asumsi klien terhadap kegiatan remaja masjid. Penulis memberi tugas kepada klien untuk hadir pada kegiatan yang dilakukan oleh organisasi remaja masjid selama 1 bulan untuk menempatkan tanggung jawab pada klien untuk berperan aktif dalam sesi konseling maupun diluar sesi konseling.

3. Hasil dari kegiatan konseling individual dengan Teknik Kognitif Behavioral terlihat adanya perubahan pada kognitif dan perilakunya. Seperti pada klien LN, UR dan RY, adanya perubahan pandangan mereka terhadap kegiatan remaja masjid yang awalnya menurut mereka membosankan, tidak banyak kegiatan yang dilakukan dan belum bisa membagi waktu. Ternyata mengikuti kegiatan remaja masjid menyenangkan, santai, dan jadwal kegiatannya diluar jam sekolah jadi tidak akan berbarengan dengan kegiatan yang diikuti oleh remaja

disekolah mereka, dan mereka mulai mengikuti kegiatan remaja masjid seperti kajian rutin mingguan serta kumpul-kumpul dengan anggota remaja masjid. Dan untuk klien SR belum memiliki kemauan untuk mengikuti kegiatan remaja masjid, hal itu terlihat dari kehadiran pada kegiatan yang tidak dihadiri oleh SR serta ia lebih sering bermain dengan teman-temannya dengan alasan malas.

B. Saran-saran

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, maka penulis menyarankan kepada beberapa pihak sebagai berikut :

1. Kepada ketua remaja masjid, agar meningkatkan kembali keaktifan para anggota serta memperbaharui program kerja agar remaja tertarik mengikuti setiap kegiatan yang akan dilakukan, serta meningkatkan sosialisasi agar mendapat dukungan dari masyarakat terutama

orangtua agar anak-anaknya bisa diarahkan mengikuti kegiatan remaja masjid.

2. Kepada anggota remaja masjid, agar selalu mengajak remaja yang lain hadir dalam kegiatan serta sering melakukan perkumpulan atau rapat untuk evaluasi kegiatan.
3. Kepada keluarga, disarankan kepada keluarga khususnya orangtua untuk membimbing anaknya dengan baik, memberikan perhatian dan meningkatkan pengetahuan tentang agama mulai dari keluarga dekat untuk perkembangan anak yang lebih baik lagi.