

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dari penelitian lapangan dan analisis yang dilakukan oleh penulis mengenai Terapi Realitas dalam mengatasi trauma pasca bencana alam tsunami di desa Teluk, dapat di ambil kesimpulan yang merupakan jawaban terhadap permasalahan dalam penulisan skripsi ini sebagai berikut:

1. Kondisi psikologi korban trauma bencana alam tsunami, merasakan ketakutan dan merasakan kecemasan yang berupa khawatir akan terjadinya peristiwa itu, melihat air laut atau ombak, suara gemuruh yang membuat kepanikan pada diri klien. Karena peristiwa yang besar telah mereka alami, dan mengakibatkan mereka trauma. Setelah kejadian tersebut mereka kehilangan segalanya, bukan hanya tempat tinggal namun tempat mata pencaharian mereka juga hilang. Karena pekerjaan mereka semua adalah profesi sebagai nelayan.

2. Pada penerapan terapi realitas dalam melaksanakan proses konseling terhadap keenam korban bencana alam tsunami dengan menggunakan sistem WDEP yang berupa pertanyaan. Melalui empat tahapan dalam proses konseling sistem WDEP. *Pertama*, Wants (keinginan) tahapan di mana konselor memberikan pertanyaan kepada konseli tentang keinginannya. *Kedua*, Doing and Direction (melakukan dan Arahan) Maksud dari kata melakukan yaitu berupa pikiran, tindakan, perasaan dan fisiologi. Konselor membantu mengubah apa yang dilakukan konseli kepada hal yang positif. Kemudian konselor meminta konseli untuk mendeskripsikan perilaku konseli dalam peristiwa pada hari itu. Agar konseli dapat memahami perilakunya sendiri. *Ketiga*, Evaluation yaitu konselor membantu untuk mengevaluasi diri klien secara mendalam mengenai perilaku konseli. *Ke empat* Planning atau rencana, yaitu konselor membantu konseli untuk membuat suatu rencana. Agar konselor dapat mengubah pikiran, perasaan dan

fisiologisnya, supaya dapat melakukan sesuatu dengan baik dan selalu berpikir dengan positif.

3. Hasil dari penerapan terapi realitas ini berdampak positif terhadap pola pikir dan tingkah laku responden yang mengalami trauma setelah kejadian bencana alam tsunami. Responden dapat mengatasi gejala kecemasan dan ketakutan yang mampu mengubah pikiran irasional menjadi rasional. Konseli /responden yang mengalami kecemasan dan ketakutan berusaha untuk mengelola pikiran dan perasaan agar tenang dan tidak mudah panik/khawatir secara berlebihan.

## **B. Saran**

Pada bagian akhir penelitian ini, peneliti menyampaikan saran bagi pihak-pihak terkait, diantaranya:

1. Bagi para subjek/responden yang mengalami trauma diharapkan untuk dapat terbuka (sharring) dengan konselor/ahli seputar trauma agar dapat diatasi secara

tuntas dan tidak berlarut hingga mengganggu kehidupan saat ini atau dimasa depan.

2. Bagi pemerintah daerah diharapkan tetap memberikan bantuan pada korban bencana alam tsunami, supaya meringankan beban bagi korban bencana alam tsunami.
3. Kepada pihak aparat desa diharapkan agar menyediakan konselor atau tenaga ahli untuk dapat membina dan membimbing serta melayani keluhan para korban bencana alam tsunami, sehingga mencegahnya timbul trauma yang berkepanjangan dan tidak terselesaikan.
4. Kepada masyarakat hendaknya agar lebih menyayangi, saling menolong, gotong royong agar nilai-nilai sosialnya lebih kental kembali dan tidak bersifat individual, walaupun di era glonalisasi pada saat ini.
5. Untuk para mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang sedang menuju pembuatan skripsi, penulis menyarankan untuk bisa melanjutkan penelitian bagi yang menjadi keterkaitan tentang penerapan terap realitas untuk bisa dijadikan bahan skripsi selanjutnya.