

BAB V

PENUTUPAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan pada bab-bab sebelumnya, maka penelitian menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kondisi psikologis pada remaja akhir yang mengalami bipolar menunjukkan beberapa gejala perilaku menarik diri diantaranya, mudah marah, tidak percaya diri, cemburu, merasa terganggu dan enggan untuk berbaaur.
2. Penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Theraphy* (REBT) pada responden yang diamati, tentunya dengan melewati meliputi beberapa 4 tahapan/langkah konseling, yaitu: bekerja sama dengan konseli, melakukan asesmen terhadap masalah dan situasi (seperti mengimplementasikan program penenangan menggunakan teknik kognitif seperti *reality testing*, *dispute logis* dan *pragmatic disputation*), mengevaluasi kemajuan (*progress*), serta mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling.
3. Hasil kegiatan konseling *Rational Emotive Behavior Theraphy* (REBT) atau setiap kali pertemuan konseling yang dilakukan pada responden SK, ZF dan SF menghasilkan beberapa indicator keberhasilan berupa perubahan secara bertahap responden SK, ZF dan SF sudah mulai berkomunikasi dengan kedua orang tuanya dan sudah mulai mau berbaaur dengan masyarakat sekitar tetapi bagi

responden SF masih membatasi interaksi dengan teman-temannya dan masyarakat sekitar.

4. Hasil penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dilakukan pada responden SK, ZF dan SF dalam mengatasi penarikan diri dari sosial masih dapat dilakukan penelitian lebih lanjut terkait dampak yang dihasilkan agar lebih maksimal. Sehingga, ketika dihadapkan responden dengan tingkat variasi yang berbeda akan dapat memudahkan untuk menemukan pola yang sesuai dengan penanganannya di masa mendatang.

B. Saran-Saran

Selanjutnya berdasarkan penelitian penulis menyampaikan beberapa saran diantaranya sebagai berikut:

1. Untuk Orang Tua: Diharapkan mampu meluangkan waktu untuk anak-anaknya dan memberikan kesempatan bagi anak untuk mengutarakan keinginan dan memberikan kesempatan dalam menentukan pilihan.
2. Untuk Masyarakat: Diharapkan dapat menjaga hubungan sosial dengan baik karna lingkungan yang sehat menentukan psikologis seseorang.
3. Untuk Responden : Diharapkan mampu memahami keadaan diri sendiri. Setiap sikap yang responden ambil akan berdampak pada fisik dan psikologis responden, sekecil apapun problem yang responden alami berusaha untuk belajar memaafkan diri sendiri dan memaafkan orang lain.

4. Untuk Pembaca: Semoga para pembaca karya ilmiah ini dapat memahami isi yang terkandung di dalam karya ilmiah ini tentang meminimalisir penarikan diri pada remaja akhir yang
5. mengalami bipolar.