

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh perbedaan skor dari pretest dan posttest, sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konseling dengan menggunakan REBT efektif untuk membentuk konsep diri positif. *Rational emotive behavior therapy* mampu membantu subjek untuk mereduksi atau mengolah kembali pola pikir yang irasional menjadi rasional sehingga terbentuk konsep diri yang positif. Keefektifan konseling kelompok dengan menggunakan *rational emotive behavior therapy* juga tidak lepas dengan tahapan-tahapan konseling kelompok dengan memadukan beberapa pendekatan didalamnya, sehingga *rational emotive behavior therapy* efektif untuk membentuk konsep diri yang positif.

Perbedaan teori dan empiris atau fenomena yang ada dilapangan membuat peneliti menyadari bahwa pentingnya pengembangan dan penyesuaian sebelum dilakukannya treatment untuk lebih mudah dalam mengkomunikasikannya. Serta penuturan bahasa yang perlu dilatih karena penggunaan bahasa yang akan mengantarkan niat dan apa yang akan dilakukan konselor jika tidak sampai atau tidak bisa dibahasakan dengan baik maka akan terjadi kesalah pahaman atau susah untuk di mengerti oleh konseli, bahasa yang sederhana terutama dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan REBT yang mana konselor harus mampu untuk menjelaskan dan memberikan pemahaman serta mengklarifikasi antara pemikiran yang irasional dan rasional. Kekuatan untuk mereduksi ulang kalimat yang irasional akan menentukan keberhasilan dari layanan konseling kelompok dengan menggunakan REBT tidak hanya dalam konseling kelompok hal tersebut berlaku untuk semua jenis layanan bimbingan dan konseling yang menggunakan pendekatan REBT.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagaimana berikut:

1. Bagi siswa

Siswa diharap untuk selalu mengkomunikasikan setiap permasalahan ataupun hal-hal yang ingin diketahui bukan bermain dengan pemikiran sendiri sehingga menganggap bahwa apa yang mereka pahami dan dapatkan adalah hal yang benar tanpa berdiskusi dengan orang lain yang lebih paham.

2. Bagi orang tua dan keluarga

Pemberian pemahaman yang rasional atau masuk akal bagi anak dalam setiap hal yang ingin diketahui anak ataupun hal baru yang perlu diberikan pemahaman, meskipun pada zaman ini anak bisa mencari pemahamannya sendiri akan tetapi perlu adanya dampingan bimbingan atau arahan sehingga anak tidak mengalami salah paham.

3. Bagi sekolah

Untuk lebih memperhatikan setiap tumbuh kembang terutama secara kognitif, serta permasalahan yang terutama terjadi di lingkungan sekolah. Mulai untuk memahami kebutuhan dan kondisi anak zaman ini, atau untuk selalu *up to date* agar bisa mengatasi permasalahan sesuai dengan kondisi yang dialami oleh anak

4. Bagi peneliti selanjutnya dan konselor sekolah

Saran berikut diantaranya: 1) penggunaan *rational emotive behavior therapy* tidak bisa serta merta menunjukkan bahwa pola pikir yang irasional konseli dengan *judge* ataupun memvonis bahwa konseli salah. Peneliti selanjutnya diharap mampu untuk menggunakan dan menunjukkan pola pikir yang irasional dengan metode yang lebih halus lagi sehingga tidak terkesan menghakimi. 2) konsep diri

negatif banyak sekali ditemukan dikalangan anak fase pubertas. Peneliti diharapkan mampu untuk lebih *update* mengenai perkembangan dan pergaulan anak zaman ini. 3) peneliti selanjutnya hendaknya mampu untuk melakukan *follow up* setelah *posttest* untuk mengetahui keajegan hasil penelitian.

