

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan dari penelitian dan setelah diadakan penelitian dari pelaksanaan bimbingan konseling islam dengan pendekatan konseling eklektik dalam mengatasi kecemasan seorang remaja baik secara teoritis maupun praktek serta mengadakan evaluasi, maka peneliti dapat mengambil suatu simpulan sebagai berikut:

1. Kecemasan yang dialami oleh konseli dikarenakan adanya faktor-faktor yang bersumber dari diri pribadi sendiri, dan dari lingkungan sekitar konseli. Faktor yang berasal dari dalam diri konseli yaitu faktor yang menyangkut kognitif konseli karena dia selalu teringat masa lalu kelam yang pernah melakukan perbuatan negatif dalam norma agama dan sosial yang selalu mengganggu pikirannya dan faktor yang berasal dari lingkungan konseli adalah karena adanya cemoohan, sindiran dan sikap acuh tak acuh serta selalu mencurigai dan tidak percaya masyarakat terhadap dirinya dan keluarganya. Karena faktor-faktor diataslah yang membuat konseli mengalami kecemasan.
2. Proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan pendekatan konseling eklektik yang dilakukan oleh konselor dalam membantu seorang remaja yang mengalami kecemasan di Sebaya PKBI Jatim, menggunakan wawancara langsung antara konselor dan konseli, dan tahapan-tahapan

proses konseling yang dipakai adalah tahapan konseling eklektik yang terdiri dari tahap eksplorasi masalah, tahap perumusan masalah, tahap identifikasi kasus, tahap perencanaan, tahap tindakan atau komitmen dan tahap penilaian atau umpan balik.

3. Setelah dilaksanakan upaya bimbingan konseling Islam dalam mengatasi kecemasan yang dialami oleh seorang remaja dapat dikatakan berhasil untuk menghilangkan kecemasan remaja tersebut, walaupun belum maksimal. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya perubahan sikap dan perbuatan pada konseli yang semula diliputi oleh pikiran dan perasaan cemas menjadi sikap yang positif, karena kecemasannya sudah dapat dihilangkan. Hal ini terbukti dengan keberhasilan yang diperoleh menunjukkan angka 85,7% konseli telah mampu mengubah perilaku-perilaku negatif, dan hanya 14,2% saja perilaku negatif yang kadang-kadang dilakukan, serta 0% perilaku negatif yang sering dilakukan.

B. Saran

Untuk meningkatkan Bimbingan Konseling Islam dalam membantu mengatasi masalah kecemasan, maka dapat dikemukakan saran dari penulis sebagai berikut.

1. Mengingat keberhasilan konselor dalam mengatasi masalah kecemasan yang dialami oleh seorang remaja dengan menerapkan layanan bimbingan konseling Islam dan menggunakan pendekatan konseling eklektik. Maka hendaknya bentuk layanan konseling yang demikian tersebut dapat

dilaksanakan terus oleh para pembimbing para konselor dan calon-calon konselor. Kalau bisa lebih ditingkatkan demi perbaikan dan mutu layanan berikutnya sebagai layanan sosial kemasyarakatan.

2. Fakultas dakwah sebagai salah satu fakultas yang membuka jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, hendaknya sensntiasa dapat meningkatkan kualitas pendidikannya melalui perbaikan kurikulum dan meningkatkan mutu tnaga pengajar. Hal ini sebagai usaha untuk mengimbangi karena banyaknya perguruan tinggi lainnya baik itu negri maupun swasta yang memiliki jurusan serupa yang lebih baik mutunya dari jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam yang kami cintai ini. Dan juga untuk bisa mencetak calon-calon konselor yang memiliki kompetensi didalam profesi sebagai konselor khususnya.
3. Bagi Sebaya hendaknya pelaksanaan bimbingan konseling diperluas dengan menggunakan metode dan teknik konseling Islam sehingga lebih fariatif lagi metode yang akan digunakan dalam menangani kasus dan diperoleh hasil semaksimal mungkin yang sesuai dengan tujuannya. Khususnya bagi remaja-remaja muslim, yang memang kuantitasnya sangat banyak di Jawa Timur khususnya di Surabaya.
4. Bagi konseli khususnya, dan bagi seluruh remaja pada umumnya. Hendaknya lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, lebih selektif lagi dalam memilih teman, dan juga berinteraksi dan berkomunikasi secara baik dan positif dengan masyarakat. Agar tidak terjadi kesenjangan antara remaja dengan masyarakat, agar remaja terhindar dari masalah yang akan

mengganggu fisik, psikis dan interaksi sosialnya dan supaya remaja bisa mencapai kebahagiaan, ketentraman dan kesejahteraan hidup didunia dan diakhirat. Amin...