

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai kegiatan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif untuk menurunkan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengolahan kuesioner keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*), diperoleh data bahwa sebanyak 6 orang siswi atau seluruh anggota kelompok berada pada kategori yang tinggi, dengan persentase sebesar 100%. Sedangkan hasil pengolahan kuesioner keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan (*post-test*), diperoleh data bahwa sebanyak 2 orang siswi berada pada kategori sedang, dengan persentase sebesar 33,33% dan sebanyak 4 orang berada pada kategori rendah, dengan persentase sebesar 66,67%.
2. Berdasarkan deskripsi data tersebut maka didapatkan hasil bahwa secara keseluruhan, siswi yang menjadi korban kekerasan dalam

pacaran dan telah mendapatkan perlakuan berupa konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif, memiliki keyakinan irasional yang sedang dan rendah. Siswi yang memiliki keyakinan irasional dengan kategori sedang dan rendah artinya telah memiliki penurunan keyakinan irasional sebagai korban kekerasan dalam pacaran. Siswi dengan kategori sedang dan rendah berarti telah mampu mencapai penurunan keyakinan irasional walau terdapat beberapa indikator tertentu dalam keyakinan irasional yang belum dicapai secara optimal.

3. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik *Mann Whitney-U Test Two Independent Sample*, diperoleh hasil nilai symp , $\text{Sig} = 0,004$. Hipotesis penelitian di uji pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, maka dapat disimpulkan bahwa $H = 0,05$ atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti bahwa terjadi penurunan keyakinan irasional siswi sebagai korban kekerasan dalam pacaran yang cukup signifikan setelah diberikan *treatment* konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif pada kelompok eksperimen.
4. Keyakinan irasional siswi sebagai korban kekerasan dalam pacaran dapat diturunkan melalui konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif. Adapun dalam

pelaksanaan konseling, siswi diberikan materi mengenai kekerasan dalam pacaran yang disertai video, keyakinan irasional, diskusi seputar pendekatan dan teknik yang digunakan; analisis cerita pendek serta penugasan, yang dikerjakan bersama-sama saat sesi konseling dan penugasan rumah yang dikerjakan diluar sesi konseling.

B. Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif merupakan salah satu bentuk alternatif penanganan yang dapat diterapkan bagi guru bimbingan konseling untuk menangani siswi yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran dengan keyakinan irasional yang tinggi. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil *post-test* siswi mengalami penurunan dibandingkan hasil *pre-test* setelah diberikan perlakuan.

Melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif siswi diarahkan untuk sadar dan memahami keyakinan irasional yang dimiliki sebagai korban kekerasan dalam pacaran. Selain itu pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif membantu siswi mampu mengubah keyakinan irasional yang telah mereka sadari sebagai keyakinan yang salah, menjadi keyakinan yang lebih rasional.

Siswi yang dapat mengembangkan keyakinan rasional mereka dan telah memahami strategi penyelesaian masalah dalam hubungan pacaran secara baik bahkan hingga ketika menghadapi perlakuan kasar pasangannya, diharapkan dapat terus mengelola keyakinan mereka secara rasional dan mampu menjalankan filosofi hidup baru yang sudah mereka tentukan dengan didukung tindakan untuk melindungi diri sebagai upaya menghargai dirinya sendiri atas perilaku kasar pasangan, agar mereka tidak terus-menerus menjadi korban kekerasan.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Guru Bimbingan dan Konseling
 - a. Guru Bimbingan dan Konseling SMK Tirta Sari Surya disarankan untuk tetap memantau perkembangan subjek penelitian setelah mengikuti konseling untuk mematahkan keyakinan irasional siswi sebagai korban kekerasan dalam pacaran melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute Kognitif*.
 - b. Menyediakan layanan dasar berupa bimbingan klasikal dalam membantu siswa sebagai upaya pengembangan pengetahuan

bersifat preventif, bahkan sebagai penunjang dapat diikutsertakan pakar / ahli.

- c. Menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif sebagai salah satu alternatif penanganan siswa dengan permasalahan keyakinan irasional yang tinggi, serangan kecemasan yang tidak wajar, atau permasalahan yang berkaitan dengan pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Penanganan siswa dilakukan sesuai dengan prosedur pelaksanaan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* perlu dikolaborasikan dengan tahapan konseling kelompok apabila dilakukan dalam layanan konseling kelompok). Selanjutnya pelatihan diperlukan agar guru BK memiliki pemahaman yang baik mengenai keyakinan irasional, pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dan teknik yang akan digunakan dalam konseling.

2. Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dalam ranah yang berkaitan dengan pikiran, perasaan, dan tingkah laku, dapat melakukan penelitian menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik *Dispute* Kognitif

terhadap kecemasan dan kekhawatiran yang tidak wajar yang bersumber dari pikiran dan keyakinan yang kurang tepat.

- b. Peneliti selanjutnya yang tertarik dengan bahasan keyakinan irasional korban kekerasan dalam pacaran, dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda seperti metode kualitatif kepada seseorang yang menjadi salah satu korban kekerasan dalam pacaran yang memiliki keyakinan irasional, sehingga dapat memperoleh data secara rinci dan mendalam mengenai bentuk, penyebab, dan dampak dari kekerasan pacaran yang dialami, dan pemikiran, keyakinan hingga perilaku yang terpengaruhi karena kekerasan tersebut.