

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian tentang perencanaan pelayanan dengan pendekatan logoterapi terhadap percobaan bunuh diri di Mengkendek Tana Toraja dibutuhkan tahapan sebagai berikut: tahap menciptakan hubungan kepercayaan menunjukkan bahwa konseli memiliki sikap percaya kepada konselor, tahap mengumpulkan data (*anamnesa*) ditemukan konseli menghindari perkumpulan teman sebayanya dan teman kelasnya, sulit bersosialisasi dengan orang lain dan lebih suka menyendiri, tahap menyimpulkan sumber masalah (*diagnosa*) menunjukkan bahwa konseli mengalami perasaan yang kurang percaya diri terhadap teman sebayanya karena memiliki fisik yang lebih. Perasaan putus asa dan selalu mendapatkan *bullyan* dari teman sekolahnya bahkan dari saudaranya sendiri dan tahap membuat rencana tindakan (*treatment planning*). Perencanaan konseling ini akan dilakukan dengan pendekatan logoterapi dengan empat teknik yaitu teknik *Intensi paradoksal*, teknik *derefleksi*, teknik *attitude modification* dan teknik *family* logoterapi.

Teknik pertama ialah teknik *Intensi paradoksal* menjelaskan kepada klien konsep *intensi paradoksal* dengan cara yang sederhana. Konseli menjelaskan kepada klien bahwa teknik ini “menginginkan” atau

“mengundang” perasaan atau situasi yang paling klien takuti sebagai cara untuk mengatasi kecemasan dan ketakutan. Teknik kedua ialah teknik *derefleksi* menjelaskan kepada klien bahwa teknik *derefleksi* bertujuan untuk mengalihkan perhatian dari pikiran atau perasaan yang menyakitkan, dengan cara fokus pada hal-hal lain yang lebih positif atau membangun. Teknik ketiga ialah teknik *attitude modification*, klien yang mengalami *bullyng* dan memiliki pikiran untuk bunuh diri dapat belajar untuk melihat dirinya sendiri dan situasi dengan cara yang lebih positif dan adaptif, sehingga ia mampu menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik dan mengurangi risiko percobaan bunuh diri di masa depan. Teknik keempat ialah teknik *family logoterapi*, klien dan keluarganya dapat menemukan dan memperkuat makna hidup mereka yang akan membantu klien dalam menghadapi pengalaman *bullyng* dan mengurangi risiko percobaan bunuh diri di masa depan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan di atas, penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang menempuh studi di bidang pastoral konseling harus merencanakan proses konseling dengan cermat. Ini mencakup melakukan pengamatan mendalam, dan ketelitian dalam menentukan langkah-langkah yang tepat berdasarkan analisis menyeluruh terhadap

penyebab masalah yang dihadapi konseli. Selain itu, penting juga untuk mengidentifikasi semua pihak yang terlibat dalam situasi tersebut.

2. Program studi pastoral konseling, terutama dalam mata kuliah yang berkaitan dengan konseling, perlu menambahkan materi yang lebih komprehensif. Ini termasuk memperluas pemahaman tentang berbagai teknik konseling yang ada agar mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan yang lebih bervariasi dan efektif dalam menangani beragam kasus konseling.