

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian tentang perencanaan konseling pastoral dalam mempertahankan perilaku Adaptif dengan pendekatan deskriptif kepada salah satu mahasiswa baru IAKN Toraja dibutuhkan tahapan konseling sebagai berikut:

1. Tahap menciptakan hubungan kepercayaan menunjukkan bahwa konseli memiliki sikap percaya kepada konselor.
2. Tahap mengumpulkan data (*Anamnesa*) ditemukan konseli mampu untuk menerima setiap perbedaan yang dialami dan mampu untuk mengatur dirinya dan terus berusaha dalam bergaul yang positif.
3. Tahap menyimpulkan sumber masalah (*diagnosa*) menunjukkan bahwa terus berusaha untuk lebih baik agar dia lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan dikampus.
4. Tahap membuat rencana tindakan (*Treatment Planning*). Perencanaan konseling ini dengan melakukan teknik journaling untuk memahami perasaannya dan menemukan makna dalam pengalaman hidupnya teknik ini mencakup berbagai bentuk tulisan seperti catatan harian.

#### B. Saran

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

1. Saran peratama untuk mahasiswa baru IAKN Toraja dalam hal mempertahankan perilaku adaptif itu sangat dibutuhkan kesabaran, ketekunan, kemampuan untuk menerima diri sendiri dengan segala kekurangan dan kelebihan, serta memiliki kesadaran diri yang baik dan membentuk atau mempertahankan kebiasaan positif seperti disiplin waktu, organisasi, dan kebiasaan hidup sehat, dan mengembangkan kemampuan komunikasi yang baik untuk menjalin hubungan positif dengan orang lain.
2. Bagi pendamping kegiatan PPKMB untuk meningkatkan perilaku adaptif bagi mahasiswa baru
3. Bagi dosen IAKN Toraja untuk mengembangkan dan mempertahankan perilaku adaptif yang penting untuk keberhasilan akademik dan personal mahasiswa.