

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari pertemuan pertama sampai pertemuan terakhir terhadap Indah yang mengalami luka batin akibat gagal menikah di masa lalu maka, Penulis menyimpulkan bahwa teori Rasional Emotiv Behavior Therapy (REBT) berhasil digunakan dalam konseling pastoral terhadap konseli yang mengalami luka batin.

Bukti bahwa teori REBT berhasil digunakan yakni, pada langkah pertama dimana konselor menyadarkan Indah bahwa pikiran irasionalnyalah yang membuat dirinya mengalami luka batin. Pikiran irasional yang berlebihan dan membelenggu dirinya selama ini. Selanjutnya langkah yang dilakukan oleh Indah ialah tidak mengulang kejadian yang telah menyimpannya dalam pikirannya, dan berupaya memikirkan hal positif yang perlu dilakukan konseli untuk bisa lebih rasional atau logis dalam menghadapi kejadian hidup.

Langkah kedua yang dilakukan Indah ialah harus mampu mengelolah perasaannya dengan baik ketika menghadapi masalah, sehingga terbukti Indah jauh bisa mengampuni orang yang telah menyakitinya dan tidak menyimpan dendam kepada orang tersebut. Hal

ini telah dilakukan oleh Indah dimana lebih memilih mengampuni dan mau bangkit dari keterpurukannya.

Kemudian langkah ketiga yang telah dilakukan Indah ialah mau berdamai dengan dirinya dan masa lalunya, dan kemudian membawa Indah pada perubahan yang lebih rasional dan logis.

Terlepas dari usaha dan bantuan yang diberikan oleh peneliti kepada Indah, tentunya keberhasilan berasal dari diri Indah sendiri yang memiliki kesungguhan ingin berdamai dengan masa lalu yang menghimpit hidupnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis, dan kesimpulan di atas, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada konselor agar mempergunakan teori Rasional Emotiv Behavior Therapy (REBT) untuk pendampingan konseling pastoral kepada konseli yang mengalami luka batin akibat gagal menikah di masa lalu sesuai dengan tujuan utama dalam konseling.
2. Kepada warga jemaat kalau untuk tidak menjadikan kasus ini sebagai ranah bullying, melainkan menjadikan kasus ini sebagai pembelajaran untuk tidak mempermainkan segala sesuatu yang telah disepakati bersama.

3. Kepada IAKN Toraja, khususnya jurusan Pastoral Konseling, agar lebih memperdalam mata kuliah yang sehubungan dengan teori dan teknik-teknik konseling agar dipergunakan sebagai bekal saat mahasiswa terjun ke lapangan.