

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian kajian genogram terhadap mahasiswa yang kehilangan ayah di IAKN Toraja. Penulis menyimpulkan bahwa setiap orang memiliki respon berbeda dalam menghadapi keadaan duka cita. Duka cita tentunya mempengaruhi kondisi psikologis seseorang meskipun peristiwa tersebut telah berlangsung dalam waktu yang lama. Sama halnya dengan yang dialami oleh Najwa mahasiswa IAKN Toraja bahwa peristiwa yang telah dialami enam tahun silam berpengaruh terhadap kondisi sekarang ini, hal ini disebabkan karena adanya faktor lingkungan yang memicu perasaan itu muncul. Najwa yang kurang mendapatkan kasih sayang, bahkan merasa kesepian tidak memiliki teman cerita justru memicu kesadaran dan kerinduan Najwa pada sosok ayahnya, dan mengingatkan pada masa lalu yang tidak dapat kembali bertemu dengan sang ayah.

Dengan demikian, perlu tindakan lanjut untuk menangani permasalahan ini yaitu melakukan konseling. Penulis menganjurkan untuk menangani kasus kehilangan ayah adalah pendekatan Gestalt. Pendekatan Gestalt sebagai pendekatan rekomendasi karena pendekatan Gestalt membantu individu meningkatkan kesadaran diri, membantu

mengalami, memahami, menerima kejadian masa lalu, mengeksplorasi dan memahami diri sendiri.

Dalam konteks mahasiswa yang mengalami kehilangan ayah, pendekatan Gestalt dapat membantu mereka menghadapi perasaan yang timbul akibat kehilangan tersebut. Adapun poin penting yang harus diperhatikan dalam melaksanakan pendekatan Gestalt adalah validasi emosi, fokus pada pengalaman saat ini, pemeliharaan diri dan mengenali identitas diri. Hal ini penting karena pendekatan Gestalt menghargai pentingnya mengalami dan memahami perasaan saat ini agar peristiwa masa lalu tidak menghambat apa yang hendak dijalani kedepannya.

B. Saran

1. Untuk IAKN Toraja khususnya Program Studi Pastoral Konseling penting dalam merekomendasikan pendekatan Gestalt atau pelaksanaan pendekatan Gestalt terhadap kasus yang dialami Najwa mengingat penelitian ini belum ada yang melakukan konseling sehingga perlu tindak lanjut mengenai kasus ini.
2. Untuk Najwa mahasiswa IAKN yang kehilangan ayah penting untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap pengalaman, pikiran dan perasaan untuk membantu mengembangkan kesadaran diri.
3. Untuk keluarga, penting untuk meluangkan waktu untuk berinteraksi antara satu dengan yang lain, menunjukkan dukungan

dan kasih sayang satu dengan lainnya karena waktu dan dukungan menunjang keharmonisan dan keutuhan dalam keluarga.