

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana pendekatan konseling pastoral dengan teknik *visual/guided imagery* dengan pendekatan behavioral membantu seorang anak dalam mengatasi kecemasan. Konseling pastoral yang di rancang dengan tahapan membangun kepercayaan, anamnesa, diagnosa, hingga treatment planning menunjukkan bahwa keterbukaan konseli terhadap proses konseling menjadi pondasi penting dalam keberhasilan pendekatan yang digunakan. Pendekatan behavioral dengan teknik *visual/guided imagery* efektif dalam mengatasi kecemasan yang di alami anak, secara bertahap mampu menenangkan pikiran, memberikan rasa aman, serta membuka ruang konseli untuk menumbuhkan kembali keyakinan spiritual dan harapan masa depan.

Dengan demikian pendekatan behavioral dengan penerapan teknik *visual/guided imagery* merupakan metode yang efektif dalam membantu anak di Panti Asuhan Kristen Tangmentoe yang mengalami kecemasan. Konseling ini tidak hanya memberikan pemulihan secara emosional dan mental, tetapi juga memperkuat aspek spiritual konseli. Sehingga perencanaan konseling pastoral dengan teknik *visual/guided imagery* dalam mengatasi kecemasan pada anak di Panti Asuhan Kristen Tangmentoe

Tagari yang dilakukan, dimungkinkan dapat memberikan dampak positif jangka panjang bagi perkembangan psikologis anak.

## B. Saran

Saran penulis dalam penelitian ini yakni:

1. Kepada Kampus IAKN Toraja

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumbangsi perkembangan ilmu perencanaan konseling pastoral dengan teknik *visual/guided imagery*. Teknik ini dapat mejadi pendekatan alternatif yang efektif dalam proses konseling, khususnya dalam menangani anak di Panti Asuhan Kristen Tangmentoe Tagari yang mengalami tekanan psikologis. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya yang lebih mendalam.

2. Kepada anak di panti asuhan

Diharapkan agar anak-anak yang berada di panti asuhan dapat berpartisipasi secara aktif dan terbuka dalam proses konseling pastoral, khususnya melalui pendekatan teknik *visual/guided imagery*. keterbukaan dan keaktifan dalam mengikuti konseling akan membantu mereka dalam mengelola emosi dan memahami diri sendiri. Proses konseling ini juga dapat menjadi sarana pembinaan diri yang positif, yang mendukung perkembangan kepribadian anak secara holistik.