

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Pendekatan Teknik Rational Emotive adalah metode yang mampu mengubah cara berfikir seseorang dari pola yang tidak rasional menjadi rasional. Saat merencanakan konseling pastoral dengan menggunakan teknik Rational Emotive Behavioral Therapy untuk korban perselingkuhan di Jemaat Gloria Buttutanga tujuannya adalah untuk mengubah berfikir secara rasional. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap perencanaan konseling pastoral dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) bagi korban perselingkuhan di Jemaat Glori Buttutanga, dapat disimpulkan bahwa konseling pastoral memegang peranan yang sangat penting dalam memulihkan kondisi psikologis, emosional, sosial, fisik dan spiritual korban. Melalui tahapan konseling yang sistematis dimulai dari membangun kepercayaan, pengumpulan data, diagnosa masalah, hingga perencanaan tindakan konselor berhasil menggali secara mendalam mengenai permasalahan yang dialami oleh korban dan merumuskan strategi konseling yang sesuai dengan prinsip-prinsip REBT.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perencanaan konseling pastoral dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) di Jemaat gloria Buttutanga dapat dilakukan dengan cara yang terencana melalui

pengenalan masalah yang dihadapi oleh Jemaat, penentuan tujuan konseling yang jelas dan terukur, serta penggunaan teknik-teknik REBT yang bertujuan mengubah pola pikir yang tidak rasional menjadi rasional.

Pendekatan REBT ini terbukti relevan dan efektif karena berfokus pada pembenahan secara berfikir irasional korban, yang menjadi sumber utama tekanan emosional korban yang menjadi sumber utama tekanan psikologis seperti kecemasan, rasa tidak berdaya dan penurunan semangat hidup. Konseling pastoral dengan REBT tidak hanya membantu korban menerima kenyataan secara rasional, tetapi juga memberikan penguatan spiritual agar korban dapat membangun kembali harapan dan makna hidupnya. Intervensi ini memberikan ruangan bagi proses pemulihan yang tidak hanya bersifat psikologis tetapi juga mencakup dimensi spiritual dan sosial korban secara holistik.

B. Saran

1. Kepada konselor agar mempergunakan teori *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) untuk melakukan konseling kepada konseli yang mengalami kecemasan akibat korban perselingkuhan sesuai dengan tujuan utama dalam konseling.

2. Kepada warga Jemaat Gloria Buttutanga untuk tidak menjadikan peristiwa ini sebagai rana Bullyng, melainkan menjadikan peristiwa ini sebagai media pembelajaran dalam kehidupan sehari-hari.
3. Kepada IAKN Toraja, terkhusus pada pastoral konseling agar lebih memperdalam lagi proses pembelajaran yang berhubungan dengan konseling pastoral dan teknik-teknik konseling agar dapat digunakan sebagai bekal saat mahasiswa terjun kelapangan.