

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Perencanaan konseling pastoral untuk membantu mahasiswa Papua mengatasi *culture shock* di IAKN Toraja menunjukkan bahwa mahasiswa Papua mengalami *culture shock* karena berpindah ke lingkungan sosial dan budaya yang berbeda dari tempat mereka awalnya tinggal. Berdasarkan kebutuhan yang teridentifikasi di lapangan, penelitian ini menyimpulkan bahwa perencanaan konseling pastoral adalah pendekatan yang tepat untuk membantu mahasiswa Papua mengatasi *culture shock*.

Perencanaan tersebut dibuat secara teratur melalui beberapa tahapan, yaitu membangun hubungan atau (*rapport*), melakukan (*anamnesa*) atau pengumpulan data, menentukan (*diagnosa*), kemudian merencanakan (*treatment*), membuat rencana tindakan, serta merencanakan konseling pastoral yang akan digunakan dengan pendekatan REBT. Melalui dua cara yaitu teknik *scaling* dan teknik *rasional emotive emagery*. Pendekatan ini menitikberatkan pada perubahan cara berpikir yang tidak rasional menjadi lebih rasional.

Dengan kedua teknik ini, dibuat agar membantu konseli yang mengalami *culture shock* dalam memahami permasalahannya, mengganti cara berpikir yang tidak rasional menjadi lebih rasional, mengelola perasaan secara

baik, serta lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan dan budaya yang baru.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak-pihak yang terkait serta menjadi referensi bagi penelitian di masa depan.

1. Bagi kampus IAKN Toraja

Kampus IAKN Toraja yang terletak di Toraja diharapkan bisa memberikan bantuan berupa pelatihan dan pengembangan diri kepada mahasiswa dari luar Toraja yang akan menempuh studi di sana. Hal ini bertujuan agar mahasiswa tersebut dapat memahami lebih dalam tentang budaya Toraja, tempat mereka akan menjalani pendidikan. Selain itu, diberikan bantuan pendampingan layanan pastoral selama proses adaptasi dengan lingkungan baru.

2. Bagi Program Studi Pastoral Konseling

Program studi dianjurkan untuk menerapkan perencanaan konseling yang sudah dibuat dan mengaktifkan kembali *home counseling/laboratorium* sesuai dengan fungsinya, yaitu memberikan layanan konseling bagi mahasiswa perantau di luar suku dari Toraja.

3. Mahasiswa perantau

Bagi para mahasiswa yang akan belajar di Sulawesi Selatan, khususnya di daerah Toraja, diharapkan untuk belajar dan mengerti tentang budaya serta kebiasaan di sana, agar bisa mengurangi kemungkinan mengalami *culture shock*.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Karena batasan dalam penelitian ini, penelitian berikutnya dapat meneliti efektivitas penerapan perencanaan konseling pastoral yang sudah dibuat dalam penelitian ini dengan menggunakan pendekatan tindakan (*action research*) atau metode campuran (*mixed methods*). Hal ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan dampaknya terhadap kemampuan adaptasi mahasiswa perantau.