

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di lembang ma'dong adapun tahapan penerimaan diri anak adalah:

1. Tahap Penghindaran (*aversion*)

Pada tahap penghindaran anak sangat menghindari masyarakat yang ada disekitarnya dan memilih untuk tidak bergaul atau berbaur dengan masyarakat alasannya karena anak menghindari stigma yang menurut anak tersebut masyarakat sekitarnya sering menceritakan hal buruk tentang dirinya maupun tentang keluarganya sehingga untuk menghindari perasaan tidak menyenangkan (*uncomfortable feeling*) anak lebih memilih menutup diri dari lingkungan masyarakat.

2. Toleransi (*Tolerance*)

Pada tahap toleransi ketika anak mengalami setiap permasalahan atau perasaan yang tidak menyenangkan seperti sering mendapatkan kritikan dari orang lain ia mulai menahan perasaan tersebut dan membiarkan orang lain ingin berkata apapun terhadap dirinya. Begitupun ketika mengalami persoalan apapun dalam hidup anak mulai bisa bertoleransi dan mampu menyelesaikan masalah seberat apapun yang ia sedang hadapi dan kemudian bisa menjalani kehidupannya seperti biasa.

3. Tahap Membiarkan Begitu Saja (*Allowing*)

Pada tahap ini seiring dengan berjalannya waktu anak tidak lagi menyalahkan diri sendiri ataupun menyalahkan orangtuanya yang berpisah dan kemudian berdampak pada anak

tersebut akan tetapi anak mulai membiarkan begitu saja perasaan tersebut mulai berdamai dengan diri sendiri maupun berdamai dengan keadaan.

4. Tahap Persahabatan (*Friendship*)

Pada tahap terakhir anak mulai bangkit dan memberikan penilaian positif terhadap dirinya anak mulai memotivasi dirinya untuk mencapai apapun yang diinginkan, anak merasa bangga terhadap dirinya bahwa ia bisa mandiri tanpa bergantung terhadap orang lain, dan merasa bahwa setiap peristiwa yang dialaminya selama ini dapat memberikan dampak positif.

Pada empat tahap penerimaan diri yang telah dilalui di atas dalam tahapan penerimaan diri anak tersebut tidaklah selalu berurutan dimulai dari tahap pertama sampai terakhir.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka saran yang diberikan penulis adalah sebagai berikut:

1. Kepada IAKN Toraja, Khususnya kepada mahasiswa yang ingin melakukan penelitian selanjutnya terkait dengan menggunakan Pendekatan Rasional Emotif sebaiknya melakukan penerapan terapi RET dan juga menerapkan salah satu teknik dalam *therapy* agar hasil penelitian yang diperoleh lebih maksimal.
2. Kepada Anak, teruslah semangat dan berjuang meskipun banyaknya masalah dan tantangan yang dihadapi jangan dengarkan perkataan orang lain dan terus maju karena tidak ada orang yang bisa membuat diri kita bahagia kecuali diri kita sendiri.

