

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Integrasi Bimbingan Kelompok dan Terapi Ibadah Untuk Mengembangkan Regulasi Emosi di Yayasan Islam Sabilul Huda Menawan Kecamatan Gebog Kabupaten Kudus, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Penerapan bimbingan kelompok pada santri memiliki empat (4) bagian/tahapan, yakni Tahap Pembentukan, Tahap Peralihan, Tahap Kegiatan, dan Tahap Pengakhiran. Serta pada terapi ibadah yang dilaksanakan pada santri yaitu terdiri dari lima (5) terapi ibadah, yang terdiri dari Wudhu, Shalat, Zikir, Do'a dan Puasa.
2. Hasil dari penerapan bimbingan kelompok dan terapi ibadah yaitu dapat mengatur kepribadiannya secara baik, menjamin perkembangan dirinya secara optimal, memikul tanggung jawab sepenuhnya atas arah hidup mereka, mampu berpikir secara dewasa dengan berpedoman pada tujuan yang mewujudkan semua potensi yang dimilikinya.
3. Hambatan yang terjadi pada pelaksanaan bimbingan kelompok dan terapi ibadah pada santri yakni kurangnya percaya diri dalam pelaksanaan bimbingan kelompok tersebut. Maka, dapat memicu terjadinya berbagai permasalahan terutama dalam memecahkan problematika, serta pada fungsi terapi ibadah yakni kurangnya sarana dan prasarana serta fasilitas ibadah yang kurang memadai sehingga individu kurang optimal dalam melaksanakan kegiatan keagamaan.

B. Saran

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan peneliti selanjutnya untuk lebih memaksimalkan proses penelitian dengan harapan agar penelitian yang dihasilkan dapat menjadi lebih baik. Maka dari itu, peneliti menyampaikan saran-saran yang kiranya dapat memberikan sebuah manfaat kepada para pihak-pihak yang terkait atas hasil dari penelitian ini. Adapun saran-saran yang dapat di sampaikan sebagai berikut :

1. Bagi Santri

Bagi santri diharapkan dapat membentuk perilaku yang baik dalam melakukan aktivitas sehari-hari terutama pada

emosional yang dimilikinya, selalu mempertahankan pengontrolan emosi dengan akhlak dan ketakwaan serta selalu mengingat kepada Allah SWT, dengan melalui kesabaran yang telah dibentuk dalam terapi ibadah. Selalu dapat memahami perasaan yang dimilikinya untuk dijadikan sebagai acuan dalam melakukan tindak laku yang positif kepada orang lain dan untuk dirinya sendiri maupun kepada masyarakat.

2. Bagi lembaga

Diharapkan untuk selalu memberikan pengertian dan pengarahan kepada para santri dalam menghadapi sebuah permasalahan agar menyikapi dengan bijak dan baik agar permasalahan tidak berlarut-larut. Serta diharapkan dapat menambah tenaga yang profesional dan ahli di bidang konseling agar lebih efektif dan maksimal dalam menangani berbagai permasalahan yang dimiliki oleh para santri tersebut, supaya dapat terkontrol dan di pantau perkembangan para santri dalam melakukan sesuatu di lingkungan lembaga.

3. Bagi Keluarga

Bagi keluarga diharapkan agar selalu mengontrol perkembangan anaknya untuk selalu dapat mengetahui tentang tumbuh kembang anak terutama pada remaja yang sangat tinggi dalam hal emosionalitas. Dapat memberikan pengetahuan akan bahayanya memiliki perasaan yang tidak dapat terkontrol dengan baik dan akan berdampak pada mental remaja, sehingga di khawatirkan akan mengganggu pikiran dan perilaku yang temperamen dan posesif dalam kehidupan sehari-harinya. Maka, sangat penting peran keluarga untuk selalu mengontrol dan melihat pertumbuhan anak terutama pada orang tua.