

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data terkait identifikasi syarat konseling efektif yang terjadi pada proses terapi modifikasi ingatan yang dilakukan Elijah (sebagai konselor) dan Lail (sebagai klien), maka penulis dapat menyimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Karakteristik konselor yang dimiliki Elijah meliputi:
 - a. Kepribadian konselor yang baik berupa 1) pribadi yang sabar dalam menghadapi klien yang emosional dan defensif di tengah proses konseling yang cukup lama, 2) pendengar yang aktif dan mampu merespon cerita klien dengan baik, 3) pribadi yang tulus dan ikhlas membantu klien keluar dari masalahnya, 4) pribadi yang memandang dan menghargai klien sebagai individu yang memiliki emosi, 5) pribadi yang menjaga aib klien dan mengungkapkannya secara samar kepada orang lain, 6) pribadi yang mendorong dan memotivasi klien menyelesaikan masalahnya dengan cara *qana'ah*, 7) pribadi yang menyadari akan tugas dan tanggung jawabnya sebagai fasilitator, serta menyadari kelemahannya yang beberapa kali kehilangan fokus akibat rasa empati yang mendalam terhadap klien, 8) pribadi yang asli dan jujur apa adanya di depan klien.
 - b. Seorang peneliti yang selalu penasaran dengan kehidupan klien, selalu mengambil hipotesis sementara di setiap cerita klien, dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi mengenai penyebab klien memutuskan melakukan modifikasi ingatan.
 - c. Seorang fasilitator yang memberi layanan terapi modifikasi saraf otak melalui pendekatan membangun tingkah laku berupa perubahan

psikis klien agar lebih menerima apa yang terjadi di dalam dirinya.

2. Keterampilan dasar konseling yang digunakan Elijah saat membantu Lail menceritakan keluh kesahnya meliputi:
 - a. Keterampilan *attending* secara verbal mencakup sapaan yang sopan dan ramah, serta tutur kata yang lembut dan penuh kehati-hatian agar tidak menyinggung perasaan klien. Sedangkan keterampilan *attending* secara non-verbal mencakup ekspresi wajah yang tersenyum penuh penerimaan, posisi tubuh yang selalu siap mendengarkan cerita klien, gestur tubuh yang menunjang *attending* verbal, variasi gerakan tangan yang menunjukkan kegiatan aktif mendengar, serta melakukan kontak mata dengan klien untuk menunjukkan minat yang lebih terhadap cerita klien.
 - b. Keterampilan *listening* digunakan Elijah agar dirinya bisa secara aktif dan fokus mendengarkan cerita Lail untuk menemukan sumber masalah. Adapun keterampilan *listening* yang dilakukan Elijah meliputi: 1) mengklarifikasi beberapa topik pembahasan untuk mempermudah menemukan inti masalah dan membawa fokus cerita, 2) memparafrase kesan Lail terhadap Esok dan Maryam sebagai sosok yang berharga bagi dirinya, 3) merefleksi perasaan, pikiran, dan pengalaman Lail dengan melakukan *restatement*, parafrase dan menyatakan persetujuan atau ketidaksetujuan mengenai pendapat klien, 4) merangkum keseluruhan cerita Lail dengan mengungkapkan poin-poin penting yang terjadi di kehidupan klien.
 - c. Keterampilan *leading* digunakan Elijah untuk menjaga ritme cerita Lail agar tidak keluar dari fokus masalah. Ada pun keterampilan *leading*

yang digunakan Elijah meliputi: 1) membawa fokus cerita tentang hal yang ingin dilupakan Lail dengan menggunakan dorongan minimal, 2) menanyakan beberapa hal kepada Lail, seperti hal yang ingin dilupakan dan hal yang dibuat Esok, untuk menemukan informasi lebih banyak dan mendapatkan kepastian, 3) memberi informasi terkait proses dan dampak dari terapi modifikasi ingatan yang akan dilakukan Lail. Serta memberikan nasehat agar Lail bisa membuat keputusan secara bijak, 4) melakukan konfrontasi terhadap beberapa hal yang tidak sesuai dengan apa yang Lail katakan agar Lail mampu mengintrospeksi diri dengan lebih baik, 5) menginterpretasi beberapa pernyataan dan kejadian yang dialami Lail sebagai takdir tuhan yang kejam namun penuh dengan kenangan indah.

3. Kondisi dan situasi yang terjadi selama proses konseling antara Lail dan Elijah meliputi: a) perasaan aman dan nyaman dalam mengungkapkan seluruh perasaan yang tertuang melalui keluh kesah yang selama ini dipendam Lail, b) ketulusan Elijah dalam menerima dan membantu Lail mengurangi rasa sakitnya, serta kejujurannya saat berhadapan dengan Lail membuatnya percaya kepada Elijah, c) penerimaan Elijah yang penuh kehangatan, seperti sikap seorang ibu kepada anaknya, membuat Lail merasa dihargai dan dicintai, d) terjalinnya hubungan timbal balik, berupa saling mengerti dan saling memahami, akibat rasa empati yang ditunjukkan Elijah, e) terciptanya suasana yang akrab dan harmonis selama kurang lebih sepuluh jam melakukan terapi akibat perasaan Elijah yang senang membantu Lail, f) perasaan mencapai tujuan masing-masing berupa keberhasilan konseling tanpa ada kesalahan dan hilangnya sumber kesedihan Lail, g) situasi yang penuh harapan sehingga Lail terdorong untuk

melakukan konseling secara aktif, dan h) situasi yang tenang sehingga Lail dapat membuat keputusan yang bijak.

Maka dari itu, proses terapi modifikasi ingatan yang terdapat dalam novel *Hujan* karya Tere Liye memiliki gambaran yang serupa dengan proses konseling secara umum karena telah memenuhi beberapa syarat konseling agar berjalan secara efektif.

B. Saran

Setelah melakukan penelitian dan analisis yang mendalam terhadap naskah novel *Hujan* karya Tere Liye. Maka penulis dapat memberikan beberapa saran kepada semua pihak, khususnya para konselor atau pun calon konselor terkait syarat-syarat yang harus dipenuhi agar konseling dapat berjalan secara efektif. Berikut saran-saran yang dapat penulis sampaikan:

1. Kepada para pembaca hendaknya dapat mengolah informasi yang didapat dari penelitian ini secara bijak, khususnya informasi terkait syarat-syarat konseling efektif yang terkandung dalam novel *Hujan* karya Tere Liye.
2. Kepada para akademisi dan peneliti selanjutnya, agar dapat mengembangkan atau melanjutkan penelitian tentang identifikasi syarat konseling efektif dalam novel *Hujan* karya Tere Liye sebagai bahan perbandingan atau melakukan penelitian dari segi lain.
3. Kepada para konselor agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai contoh referensi mengenai gambaran proses konseling yang tidak monoton dan kaku seperti di buku-buku teori konseling lainnya.
4. Kepada Tere Liye hendaknya penelitian ini dapat dijadikan motivasi dalam membuat karya-karya yang sarat akan makna dan menggambarkan realitas sosial di masyarakat, khususnya gambaran mengenai profesi konselor serta proses konseling.

Penulis berharap agar penelitian ini dapat menjadi bahan cerminan dan pelajaran bagi para akademisi di bidang

bimbingan konseling, mengingat pentingnya syarat-syarat konseling yang harus dipenuhi agar proses konseling dapat berjalan efektif dan sesuai tujuan yang ingin dicapai. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan karya sastra khususnya novel yang sarat akan contoh-contoh gambaran proses konseling yang efektif.

C. Penutup

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat, kesempatan, kesabaran, dan kemampuan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi sebagai tugas akhir untuk masa kuliah ini. Tidak lupa, shalawat serta salam penulis haturkan kepada nabi agung Rasulullah Muhammad SAW. *Ikhtiyar* telah penulis tuangkan dalam skripsi ini, agar penelitian ini memiliki hasil yang maksimal. Meski begitu penulis menyadari jika skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karena penulis hanyalah manusia biasa yang tidak luput dari kesalahan, dan kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT semata. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun penulis nantikan agar dapat membuat penulis berkembang lebih baik lagi dalam membuat karya tulis di masa mendatang.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyusun skripsi ini. Penulis juga meminta maaf yang sebesar-besarnya karena tidak dapat menyebutkan semua pihak yang telah berkontribusi banyak kepada penulis. Semoga dukungan dan kebaikan dari kalian semua mendapatkan balasan yang baik dan setimpal. Semoga skripsi ini dapat menjadi inspirasi bagi para pembaca dan dapat berguna untuk penelitian selanjutnya yang membahas tentang Syarat Konseling Efektif. *Amin Ya Robbal 'Alamin.*