

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian yang ditunjukkan dengan analisis dan pengkajian data adalah konseling Gestalt mampu meningkatkan kepercayaan diri eks penderita skizofrenia di PRS Maunatul Mubarak. Secara khusus dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik non-probability, dengan menggunakan jenis purposive sampling, sampel yang digunakan peneliti yaitu 10 eks penderita skizofrenia. Terdapat hasil pretest yang dilakukan 10 eks penderita skizofrenia di PRS Maunatul Mubarak, dari 10 orang tersebut terdapat 3 orang yang memiliki nilai terendah yaitu AR dengan skor 51, R mendapat skor 54 dan S mendapat skor 52.
2. Proses pelaksanaan konseling Gestalt bertujuan untuk mendorong semangat konseli agar dapat bangkit dan berani serta percaya diri akan kemampuan yang dimiliki, ada beberapa fase dalam proses konseling sebagai berikut :Fase pertama, membangun rasa nyaman konseli agar proses konseling dapat berjalan lancar. Hal ini diawali dengan ketrampilan *attending, opening dan acceptance*. Fase kedua, menyampaikan kesepakatan dalam proses konseling yang harus disepakati kedua belah pihak atau biasa disebut *inform consent* dalam konseling. Fase ketiga, konselor mempersilahkan konseli untuk mengutarakan semua permasalahan yang sedang dihadapi saat proses konseling berlangsung. Fase keempat, konselor bertugas untuk memberikan support kepada konseli mengenai hakikatnya sebagai manusia yang sempurna dan unik. Proses pelaksanaan konseling Gestalt dilakukan konselor sebanyak 3x pertemuan pada masing-masing responden. Dalam fase ini konselor melakukan pendekatan Gestalt dengan beberapa teknik, seperti AR dan S menggunakan Teknik Empy Chair serta R menggunakan Teknik Saya Bertanggung Jawab untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka. Setelah itu ditutup dengan kegiatan evaluasi selama proses konseling.
3. Hasil posttest 3 eks penderita skizofrenia setelah mengikuti *treatmen* konseling Gestalt mengalami kenaikan yang signifikan. Dimana R saat pretest mendapatkan skor 54 dan saat posttest mendapat skor 99, saat AR pretest mendapatkan skor 51 dan pada saat posttest mendapat skor 105, saat S pretest

mendapatkan skor 52 dan pada saat posttest mendapat skor 104. Melalui data skor kuisioner sebelum dan sesudah treatment konseling Gestalt terdapat perubahan yang signifikan maka dibuktikan dengan uji hipotesis melalui uji T (paired sample T-test) menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,003. Karena nilai signifikansi $< 0,005$ maka H_a diterima, dengan pernyataan adanya perbedaan nilai pretest dan posttest tingkat kepercayaan diri eks penderita skizofrenia sebelum dan sesudah dilaksanakan konseling Gestalt. Sehingga konseling Gestalt efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri eks penderita skizofrenia.

B. Saran-saran

1. Bagi eks penderita skizofrenia
Bagi eks penderita skizofrenia jangan pernah malu untuk mengakui masa lalumu namun tetap semangat menata masa depan, karena kamu hidup untuk hari ini dan esok. Jadikanlah masa lalu sebagai bahan pembelajaran untuk masa yang akan datang.
2. Bagi keluarga eks penderita skizofrenia
Untuk semua pihak keluarga yang memiliki anggota keluarganya sebagai eks penderita skizofrenia jangan kucilkan keluargamu, bawalah ke tempat rehabilitasi sosial dan dukung dengan memberikan bantuan finansial pengobatan dan semangat untuk sembuh. Serta menerima keadaan anggota eks skizofrenia dengan memperlakukannya selayaknya orang pada umumnya.
3. Bagi peneliti lain
Penelitian ini hanya meneliti tentang tingkat kepercayaan diri eks penderita skizofrenia sehingga diharapkan peneliti di masa yang akan datang dapat membuat eks penderita skizofrenia percaya diri untuk hidup mandiri di luar tempat rehabilitasi kemudian mampu hidup selaras dengan masyarakat di daerahnya masing-masing.