

BAB V PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka penulis menyimpulkan bahwa:

1. Di MTs NU Al-Hidayah pelaksanaan konseling belum optimal dalam pelayanan kondisi psikis atau permasalahan yang dihadapi siswa. Belum adanya tersebut memang kurangnya kompetensi guru BK yang belum menguasai konseling Islam. Oleh karena itu, guru BK membutuhkan suatu inovasi untuk layanan konseling Islam yang dapat menurunkan tingkat *perfectionism* siswa.
2. *Perfectionism* yang ada di MTs NU Al-Hidayah cenderung dialami pada siswa yang memiliki IQ di atas rata-rata yaitu di kelas VIII-A. Di kelas ini siswa cenderung memiliki ambisi yang tinggi dalam bersaing dalam hal akademik maupun non akademik. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya hasil pengisian skala *perfectionism* ada siswa yang mencapai angka 147 dari nilai maksimalnya adalah 150.
3. Model konseling Islam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dengan teknik *thought stopping and grateful* ini merupakan terapi untuk mengubah pikiran yang irasional menjadi rasional dan menghentikan pikiran negatif. Selain itu, juga memberikan *treatment* spiritual dengan rileksasi, mengucapkan *Alhamdulillah*, memahami rukun iman ke-6 yaitu iman kepada *qadha* dan *qadar* dan membawa konseli dalam keadaan sadar dengan esensi atau fitrahnya menjadi seorang hamba. Adapun bentuk final model konseling Islam ini berupa panduan konseling dengan tahapan utuh mulai pembuka, inti dan penutup. Model konseling ini diuntuk dengan menggunakan metode *borg and gall* dengan mengambil 7 langkah yaitu penelitian dan pengumpulan data, perencanaan, pengembangan produk awal, uji coba produk awal, revisi produk, uji coba produk utama, dan penyempurnaan atau revisi produk akhir. Model konseling ini telah berhasil dinyatakan layak dengan melalui uji coba pada dua ahli yaitu memperoleh nilai 98,4 dan 85,6 serta nilai 94,88 dari hasil uji coba pada konseling. Dari hasil

nilai tersebut maka model konseling Islam dinyatakan sangat layak.

4. Model konseling Islam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dengan teknik *thought stopping and grateful* ini telah dilakukan uji efektivitas melalui *pre test* dan *post test*. Hasil *pre test* rata-rata 136,6 dan *post test* 81. Angka tersebut menunjukkan adanya penurunan, sehingga dapat dikatakan efektif sebagai model konseling Islam yang digunakan untuk menurunkan *perfectionism*.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka peneliti menyarankan untuk:

1. Pengembangan lebih lanjut sebaiknya ditambah pokok bahasan yang belum tercakup pada model konseling Islam ini.
2. Model konseling Islam ini sudah sesuai dengan prinsip-prinsip layanan konseling, serta sudah melalui uji validitas pada ahli, uji coba pada konseli dan uji efektivitas, maka guru BK MTs NU Al-Hidayah dapat menggunakan model konseling Islam ini.
3. Pengembangan ini diharapkan untuk dilanjutkan sampai pada tahap akhir yaitu produksi massal, sehingga dapat memperluas kebermanfaatan model konseling Islam ini.