

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai “Pelaksanaan Konseling Pada Santriwati Baru Yang Mengalami Kecemasan Di Pondok Pesantren Nurul Ulum Malang”.

1. Subjek 1 mengalami penurunan kecemasan dan perubahan mekanisme koping yang kurang menjadi baik.
2. Subjek 2 mengalami penurunan kecemasan dan perubahan mekanisme koping dari yang kurang menjadi cukup.

Perubahan perilaku pada kedua subjek dari kurang menjadi baik/cukup merupakan salah satu hasil dari tindakan konseling yang sudah dilakukan. Perbedaan skor kecemasan ini disebabkan karena faktor mekanisme koping yang berbeda dan kemauan melakukan penyesuaian diri subjek berbeda, subjek 1 lebih cepat dalam menangkap materi konseling yang disampaikan, sehingga mudah untuk diajak bertindak. Sedangkan subjek 2 lebih lamban dalam menerima suatu informasi yang baru, dan termasuk siswi yang membutuhkan pengarahan yang lebih lama dalam bertindak. Menurut peneliti, An.M memang memiliki karakter sangat pendiam sehingga menjadi sulit saat di motivasi.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi Subjek 1

Dengan diberikannya konseling diharapkan subjek mampu menerapkan dan membiasakannya di kehidupan sehari-hari serta mampu mengajak atau menjadi role model bagi teman-temannya yang juga mengalami kecemasan.

## 2. Bagi Subjek 2

Dengan diberikannya konseling diharapkan subjek mampu melaksanakan langkah-langkah menghadapi kecemasan yang sudah diberikan oleh konselor dengan maksimal.

## 3. Bagi Institusi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan pengasuh pondok pesantren dapat melakukan pendekatan yang lebih kepada para santri sehingga kecemasan santri dapat berkurang, selain itu peneliti berharap pengasuh pondok pesantren dapat ikut berpartisipasi aktif untuk mendampingi anak-anak dalam pembentukan perilaku yang baik khususnya dalam psikologinya.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan langkah-langkah untuk menghadapi kecemasan pada santriwati baru di pondok pesantren.