

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada kelompok eksperimen tanpa adanya kelompok kontrol, diketahui bahwa terjadinya peningkatan tingkat berfikir rasional yang signifikan terhadap seluruh subjek pada kelompok eksperimen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi kognitif – perilaku berpengaruh terhadap meningkatnya tingkat berfikir rasional pada pasien *somatoform* Poli Jiwa di Rumah Sakit Saiful Anwar Malang, berikut kesimpulannya :

1. Dari hasil data yang telah diperoleh pada kelompok eksperimen sebelum diberikan terapi kognitif-perilaku, diketahui subjek mempunyai tingkat berfikir rasional dengan kategori sedang sebanyak 4 orang dengan prosentase 80%, sedangkan subjek dengan kategori rendah sebanyak 1 orang dengan prosentase 20%, serta subjek yang dalam kategori tinggi tidak dapat ditemukan. Berdasarkan hasil *pre-test* rata-rata subjek tergolong dalam kategori sedang.
2. Dari hasil data yang telah diperoleh pada kelompok eksperimen setelah diberikan terapi kognitif-perilaku, diketahui subjek mempunyai tingkat berfikir rasional dengan kategori sedang sebanyak 4 orang dengan prosentase 80%, sedangkan subjek dengan kategori tinggi sebanyak 1 orang dengan prosentase 20%, serta tidak didapati subjek yang tergolong dalam kategori

tinggi. Berdasarkan hasil *post-test* rata-rata subjek tergolong dalam kategori sedang.

3. Perhitungan analisis data yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks test* dengan tingkat keyakinan 80% dan taraf nyata $\alpha = 0,05$. Dari hasil *Wilcoxon Signed Ranks test* diperoleh nilai Z sebesar -2,023 pada asumsi signifikan sebesar 0,043 ($p < \alpha$) atau $0,043 < 0,05$. Selain itu setelah dibandingkan antara nilai *mean* pada saat *pre-test* (81.20), dan nilai *mean* pada saat *post-test* (104.00), maka terlihat bahwa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan nilai *mean* dan mengalami peningkatan tingkat berfikir rasional pasien *somatoform* di Poli Jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima, sehingga pada kelompok eksperimen ada hubungan positif antara terapi kognitif – perilaku dengan meningkatnya tingkat berfikir rasional pada pasien *somatoform* Poli Jiwa di Rumah Sakit Saiful Anwar Malang.

B. Saran

Dari hasil penelitian eksperimen ini terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan pertimbangan untuk berbagai pihak, yaitu :

1. Bagi pihak Poli Jiwa Rumah Sakit Saiful Anwar Malang (RSA Malang), penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan dalam menentukan berbagai usaha bantuan untuk meningkatkan berfikir rasional pasien *somatoform*, khususnya usia dewasa dalam menghadapi berbagai permasalahan psikis serta keluhan-keluhan fisiknya sehingga mereka bisa menjadi dewasa yang mandiri, menjadikan dewasa yang bertanggung jawab, berani mengelola permasalahan dan dapat meraih kesuksesan dibidangnya.

2. Untuk lembaga pendidikan (Fakultas psikologi), lembaga pelatihan training:
 - a. Hasil penelitian eksperimen ini, bisa dijadikan bahan (reference) dalam menentukan usaha bantuan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan baik psikis, fisik dan emosinya pada pasien *somatoform*.
 - b. Terapi kognitif – perilaku, bisa menjadi metode terapi baru yang patut dikembangkan, karena selain membantu menyelesaikan berbagai permasalahan psikis, fisik maupun emosi, ia juga dalam memandang semua permasalahan secara rasional dan mudah dilakukan oleh siapa saja khususnya pada dewasa.
3. Untuk peneliti selanjutnya agar kiranya dapat melakukan penelitian yang bersifat eksperimen dalam melihat pengaruh lebih jauh dari terapi kognitif – perilaku terhadap meningkatnya berfikir rasional seseorang dengan memperhatikan berbagai teori dan tehnik yang berkaitan dengan terapi kognitif – perilaku juga mempertimbangkan hal – hal yang mejadi celah atau kekurangan dalam penelitian eksperimen sebelumnya sebagai wacana ilmiah, sehingga akan menyempurnakan penelitian selanjutnya. Seperti, dalam konteks penelitian ini peneliti kurang bisa mengontrol pengaruh – pengaruh yang ada pada subjek, kurang mencermati permasalahan yang terjadi pada subjek selama masa penelitian. Selain itu, peneliti juga menganjurkan agar dapat meneliti pengaruh faktor – faktor lain, seperti: depresi, nyeri pada pasien *somatoform* dengan terapi kognitif – perilaku, sehingga peneliti selanjutnya akan menyempurnakan penelitian terdahulu.