

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa didalam proses wawancara dalam menganalisis gambaran keyakinan irasional pada remaja yang mengalami adiksi perjudian online ditemukan pernyataan bahwa individu yang mengalami adiksi perjudian online muncul pikiran-pikiran yang tidak irasional seperti ingin mengakhiri hidup dengan bunuh diri, merasa tersiksa jika tidak bermain judi online. Selama proses wawancara berlangsung peneliti tidak hanya menanyakan satu pertanyaan saja dalam hal ini peneliti menanyakan banyak pertanyaan terkait aspek yang akan diungkap dengan waktu yang berbeda. Peneliti menemukan beberapa reaksi yang diberikan oleh narasumber selama proses wawancara berlangsung. Dengan adanya kelekatan yang terjalin selama proses wawancara antara peneliti dengan narasumber, maka lebih memudahkan peneliti untuk mengungkap beberapa pengalaman yang dirasakan oleh narasumber.

Proses wawancara ini dapat membantu narasumber menjadi lebih terbuka terkait dengan pengalaman yang dirasakan. Dalam proses wawancara terdapat pengembangan 3 tema besar yaitu tema terkait persepsi adiksi perjudia online. Terdapat beberapa tema dalam persepsi adiksi perjudian online selama wawancara diantaranya :intensitas penggunaan, faktor penyebab, cara bermain dan dampak. Adapun untuk tema yang mengungkap adiksi perjudian online yaitu kehilangan kendali, disfungsi hidup akibat perjudian online, pengalaman berjudi dan disfungsi sosial akibat perjudian online. Tema terakhir terkait keyakinan irasional diantaranya menuntut diri secara berlebihan, berfikir hasil yang terburuk, toleransi frustrasi rendah dan merendahkan diri. Tema-tema tersebut diambil dari hasil transkripsi proses wawancara dengan fokus.

Proses layanan konseling yang efektif untuk merubah pandangan seseorang yang memiliki pikiran irasional yakni dengan konseling pendekatan REBT. Tujuan utama dari REBT yaitu untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan konseli yang irasional menjadi rasional

sehingga dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi yang optimal. REBT bertujuan untuk membantu memperoleh filsafat hidup yang realistis, selain itu tujuan dari REBT adalah meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri klien dan membantu klien untuk memperoleh filsafat hidup yang realistis. Dalam Teknik konseling ini dilakukan sesi konseling sebanyak enam kali pertemuan.

B. Rekomendasi

1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan mampu memperhatikan dan menindaklanjuti isu-isu terkait perjudian online yang mengarah kepada bantuan layanan *kuratif* bagi individu yang terlanjur menjadi korban dan layanan *preventif* sebagai upaya pencegahan seperti mengadakan pembelajaran mengenai bahaya perjudian online dan kebermanfaatan kesehatan mental.

2. Bagi Remaja yang Mengalami Adiksi Perjudian Online

Bagi individu yang terlanjur menjadi pelaku perjudian online, diharapkan mampu mengikuti pelaksanaan layanan konseling sehingga dapat mengurangi menyesal, kehilangan arah dari dampak perjudian yang dialami.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan eksplorasi pengembangan kasus perjudian online yang beragam terjadi di masyarakat untuk kemudian diberikan intervensi baik berupa layanan *kuratif* maupun layanan *preventif*. Kemudian untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk memberikan penanganan dengan melakukan konseling pada pelaku perjudian online.