

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan dan hasil yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Dalam penelitian ini, konseling qur'ani dilaksanakan selama dua kali pertemuan dengan durasi 90 menit setiap pertemuan. Konseling qur'ani dengan pendekatan *mauidzah hasanah* dilaksanakan secara berkelompok dengan anggota kelompoknya adalah seluruh subjek penelitian yang berjumlah 12 subjek. Adapun tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan konseling qur'ani yaitu sebagai berikut.
 - a. Perkenalan dan pembinaan hubungan baik antara konselor dan konseli
 - b. Pengungkapan problematika yang dialami
 - c. Pelaksanaan konseling qur'ani
 - 1) Melakukan niat dan berdoa kepada Allah untuk meminta petunjuk
 - 2) Membuka Al-Qur'an secara acak berdasarkan suara hati

Pada pertemuan pertama, ayat yang dibahas adalah QS. Ali Imron ayat 137. Sedangkan dalam pertemuan kedua ayat yang dibahas adalah QS. An-Nahl ayat 90.

 - 3) Mentadabburi ayat Al-Qur'an
 - d. Edukasi tentang *psychological well-being*
 - e. Penutup
2. Kondisi *psychological well-being* remaja di Panti Asuhan Ashabul Kahfi mengalami perubahan ke arah yang lebih baik setelah diberikan layanan konseling qur'ani yang sebelumnya kurang tercapainya kondisi *psychological well-being*, setelah dilaksanakan layanan konseling qur'ani subjek penelitian merasakan perubahan dan peningkatan pada setiap dimensi *psychological well-being*. Para subjek merasa lebih puas akan kehidupannya setelah dilaksanakannya konseling qur'ani. Selain itu, para

subjek merasakan adanya ketenangan, perasaan senang, bersyukur dan menerima keadaan dirinya saat ini, serta subjek mendapatkan metode baru dalam mengelola perasaan dan menanggapi suatu permasalahan dalam kehidupannya. Dengan demikian, proses konseling qur'ani yang telah dilaksanakan dapat memberikan dampak yang positif bagi subjek

3. Tingkat *psychological well-being* remaja di Pantu Asuhan Ashabul Kahfi setelah diberikan layanan konseling qur'ani ini mengalami peningkatan yang ini dibuktikan dengan adanya perbedaan nilai rata-rata *pretest* dan *posttest*. Nilai rata-rata *pretest* yang diperoleh sebesar 67.33 sedangkan nilai rata-rata *posttest* sebesar 103.92. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terjadi peningkatan skor *psychological well-being* setelah dilaksanakannya layanan konseling qur'ani. Selain itu, konseling qur'ani dapat dinyatakan efektif untuk meningkatkan skor *psychological well-being* remaja di Pantu Asuhan Ashabul Kahfi ini dibuktikan secara statistik oleh hasil uji T melalui *paired sample T-test* dengan nilai signifikan yang diperoleh sebesar 0.001 menunjukkan kurang dari 0.05 yang berarti H_0 ditolak, maka H_a diterima yaitu konseling qur'ani efektif meningkatkan *psychological well-being* remaja Pantu Asuhan Ashabul Kahfi. Sedangkan pada uji N-Gain yang telah dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS 28 diperoleh nilai rata-rata N-Gain sebesar 0.69. Jika diinterpretasikan nilai tersebut termasuk ke dalam kategori sedang. Dengan demikian, maka dapat disimpulkan berdasarkan kategori tafsiran efektivitas N-Gain bahwa konseling qur'ani cukup efektif untuk meningkatkan skor *psychological well-being* remaja di Pantu Asuhan Ashabul Kahfi yaitu sebesar 69.48.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan, ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan yaitu sebagai berikut.

1. Diharapkan subjek penelitian tetap menerapkan ilmu yang diperoleh dalam kegiatan konseling qur'ani dalam kehidupan sehari-hari serta membiasakan diri ketika menghadapi suatu permasalahan maka terbiasa untuk mencari jawabannya dalam Al-Qur'an
2. Pencapaian dimensi *psychological well-being* penting untuk diperhatikan oleh setiap individu karena dapat menentukan kualitas hidup individu. Terutama pada remaja, *psychological well-being* ini penting karena menyangkut keberhasilan dan konsekuensi perkembangan di masa remaja dan kesehatan pada masa dewasa nanti
3. Adapun secara teknis, diperlukan untuk melihat realitas di lapangan bahwa tidak semua subjek mempunyai waktu luang yang sama, sehingga lebih baik jika kegiatan konseling qur'ani dilaksanakan secara individu dengan waktu yang lebih luwes sehingga subjek lebih dapat menerima materi dengan baik. Hal ini tentunya akan lebih efektif dalam meningkatkan *skor psychological well-being* pada subjek.

