

# BAB V

## KESIMPULAN

### 5.1 Kesimpulan

Dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu konseling *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dengan teknik *Emosional Control Card (ECC)* untuk mereduksi stres wanita korban KDRT di Bojonegoro. Dapat disimpulkan bahwa konseling *REBT* dengan teknik *ECC* terbukti efektif untuk mereduksi stres wanita korban KDRT di Bojonegoro. Hal tersebut dapat dilihat dari penjabaran yang disajikan peneliti dibawah ini :

1. Dari hasil penelitian diperoleh tingkat stres wanita korban KDRT konseli dengan prosentase 86% dan konseli 2 dengan prosentase 68%. Klasifikasi tingkatan tinggi sedangnya stres juga dibedakan sesuai dengan dimensi stres KDRT diantaranya, fisiologis konseli 1 60% dengan kategori tinggi dan konseli 2 50% dengan kategori sedang. Selain itu dimensi emosional dengan konseli 1 dengan prosentase 10% tinggi dan konseli 2 dengan prosentase 8% sedang, tingkah laku yang 14% tinggi konseli1, 12% sedang konseli 2 dan kognitif masing-masing konseli 3% termasuk sedang.
2. Layanan yang diberikan kepada wanita korban KDRT yaitu pendampingan untuk mengatasi stresnya. Namun, belum ada layanan psikologis karena kurang tenaga kerja terutama yang mahir dalam melakukan layanan tersebut.
3. Berdasarkan uji *wilcoxon signed rank* menunjukkan bahwa Sig 0,180 lebih besar dari 0,05 artinya konseling *REBT* dengan teknik *ECC* efektif untuk mereduksi stres wanita korban KDRT. Selain dijabarkan hasil uji *wilcoxon* pada masing-masing dimensi bahwa pada dimensi fisiologis, emosional, tingkah laku dan kognitif diperoleh hasil Sig 0,180 lebih besar dari 0,05 artinya  $H_0$  dalam penelitian ini diterima oleh konseli.  $H_0$  dari penelitian ini adalah konseling *REBT* dengan teknik *ECC* efektif untuk mereduksi stres wanita korban KDRT pada aspek fisiologis, emosional, tingkah laku dan kognitif.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Bagi Konseli

Kepada 2 responden yang telah menjadi informan peneliti, mampu menjadi pembelajaran bagi korban KDRT untuk mengurangi stres.

### 5.2.2 Bagi Dinas P3AKB

Penelitian ini mampu memberikan informasi mengenai kualitas proses pemberian layanan yang berlangsung.

### 5.2.3 Bagi Peneliti

Dapat menjadi referensi bagi dinas tentang keefektifan layanan konseling kelompok teknik *ECC* untuk mereduksi stres korban KDRT.

