

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil wawancara yang penulis lakukan dengan konselor di PT.Perkebunan Nusantara V Pekanbaru bahwasanya konseling kelompok rasional emotif ini dipandang urgen karena melihat banyaknya karyawan yang tertekan di dalam bekerja sehingga dengan tekanan itu mereka kurang konsentrasi.kecemasan akan hasil atau prestasi kerja mereka yang kurang sempurna karena adanya tekanan dari atasan sehingga membuat karyawan tersebut cemas, kecemasan itu menyebabkan karyawan itu kurang semangat dalam bekerja.

Dengan menggunakan teknik melalui kocing di bimbing lebih kepada nasehat dengan menekankan beberapa masukan, melalui strategi-strategi *reinforcemen* (penguatan positif) yakni yang digunakan untuk mendorong konseli ke arah perilaku yang lebih rasional dan logis, kedua teknik sosiodarma, yang dipergunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan, yang ketiga teknik assertive training, yaitu yang digunakan untuk melatih mendorong dan membiasakan konseli untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku tertentu yang diinginkan, dan yang terakhir memberikan teknik membujuk, mengajar lalu memberi saran.

Di lihat penting atau tidak konseling kelompok rasional emotif di terapkan di PT.Perkebunan Nusantara V Pekanbaru disimpulkan bahwa sangat penting di lakukan kepada karyawan PTPN V, agar tidak merasa sendiri dengan memiliki teman yang sama seperti dia maka bisa membuka wawasan untuk karyawan lebih terbuka satu sama lainnya, dan membangun komunikasi antara sesama dan menyelesaikan masalah yang sama dengan cepat dan tepat.

B. Saran

Dari hasil penelitian dan analisis yang dilakukan penulis, maka dapat dikemukakan saran untuk dijadikan pertimbangan bagi pihak yang terlibat dalam proses Urgensi Konseling Kelompok Rasional Emotif Untuk Membantu Karyawan Dalam Mengatasi Kecemasan Kerja di PT. Perkebunan Nusantara V Pusat Pekanbaru.

1. Diharapkan kepada konselor PT. Perkebunan Nusantara V Pekanbaru, agar mampu memenuhi dan memperhatikan karyawan yang benar-benar membutuhkan penanganan terutama kecemasan yang karyawan alami selama dalam bekerja.
2. Untuk karyawan yang melakukan proses konseling agar mampu mengikuti proses konseling yang dilakukan konselor sebagaimana mestinya.