

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Penerapan sabar terhadap korban perundungan yaitu yang pertama dengan korban perundungan dengan cara membaca sholawat dan melaksanakan ibadah wajib dan sunnah dengan rutin dan dan istiqomah selama 40 hari. Dan *treatment* yang kedua yaitu dengan cara memberikan motivasi terhadap korban serta memberikan cara bagaimana korban ini biasa memotivasi diri sendiri yaitu dengan cara mengenalkan ajaran lillah, billah.
2. Efektifitas terapi sabar terhadap tiga subjek yang mengalami korban perundungan secara verbal dan fisik, yang mengakibatkan tiga subjek mengalami trauma dan kecemasan selama di Pondok Pesantren. Setelah melakukan terapi sabar dari tiga subjek, dua subjek pertama bisa merasakan hasil terapi yang dia jalani selama 40 hari, dua subjek tersebut merasakan hidup bahagia dan tenang serta lebih meningkat lagi dalam ibadah sholat lima waktu dengan berjama'ah di lingkungan Pondok Pesantren. Subjek yang ketiga yang berusaha menjalani proses terapi selama 40 hari. Subjek yang ketiga ini tidak merasakan apa-apa, disebabkan kurang serius dalam menjalani terapi ini, yang akhirnya menyebabkan subjek yang ketiga merasa tidak nyaman hidup di lingkungan Pondok Pesantren.

B. Saran

Dalam sebuah penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, namun setidaknya bisa menjadi acuan untuk menerapkan rasa sabar pada diri pembaca. Sejatinya sifat sabar sangat penting untuk ditanamkan pada diri seseorang, serta perlunya pembiasaan diri untuk menumbuhkan rasa sabar ketika mendapat cobaan, dan sangat penting juga diri ini agar selalu bersungguh-sungguh dan menata niat untuk memperbaiki diri. Tapi tidak mudah untuk menerapkan sifat sabar pada setiap diri seorang, namun dengan keyakinan peneliti, serta peneliti berharap penelitian ini bermanfaat dan berguna untuk pembaca.

Rasa sabar yang ditanamkan oleh santri yang mengalami korban perundungan yang membutuhkan waktu yang lama, dengan kesabaran dan keuletan serta istiqomah dalam menjalaninya, baik dari subjek ataupun pembimbingnya. Terutama bagi pembimbing yang mendapat tugas tersebut agar supaya bisa menjalankan itu dengan benar-benar dengan sabar dan ikhlas, serta istiqomah.

Bagi santri yang mengalami perundungan selama hidup di Pondok Pesantren, serta mengalami trauma hidup dan merasakan tidak nyaman hidup dilingkungan pondok akibat perundungan, maka santri yang mempunyai keinginan untuk mengatasi masalah tersebut, pada saat menjalani terapi sabar agar supaya santri dengan sungguh-sungguh menjalaninya agar mendapatkan hasil yang maksimal.