

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Perubahan *Ego State* Individu Berkepribadian Ganda di IAIN Tulungagung

Pada awalnya subyek merasa ada perubahan yang tak signifikan terhadap dirinya ketika mengetahui bahwa ada kepribadian lain dalam diri subyek dan mereka mengalami sulitnya pencarian jati diri. Namun, subyek mengaku terkadang sulit menerima kenyataan kondisi jalannya. Seiring dengan berjalannya waktu dan terapi ringan yang peneliti berikan mereka dapat menerima kondisi diri subyek dan mulai mencari jati diri mereka yang haq. Subjek juga mulai mengikhlaskan kejadian buruk yang pernah subyek alami.

Tahapan perubahan *ego state* individu berkepribadian ganda sebagai berikut :

- Perubahan positif individu dalam sebuah kejadian dalam hidup yang berdampak negatif yang awalnya membawa tekanan pada psikis.
- Individu perlu memahami posisi dimanapun subyek berada dan harus mampu beradaptasi.
- Kedudukan dan fungsi *coping stress* bersifat fundamental.
- Motivasi diri adalah motivator utama dan dukungan keluarga juga wadah pembentukan akhlak yang pertama bagi subyek.

- Lebih peka terhadap diri subyek hingga siap terjun di masyarakat ketika diminta.
- Lebih percaya diri agar tak mengahdirkan sosok imajinasinya.
- *Positive thinking*.
- Perubahan *ego state* yang bersifat sangatlah fundamental dan bersabar, bersyukur dan terus berdo'a pada Tuhan.

Hal-hal itulah yang dilakukan oleh subyek *ego state* berkepribadian ganda untuk membimbing diri subyek, mereka berusaha sebaik mungkin untuk memberikan perubahan dan menjadikan pribadi yang telah mendapatkan jati diri yang haq.

2. Dampak Positif Menerapkan *Smith Therapy* dalam Perubahan *Ego State* Individu Berkepribadian Ganda

Pada kenyataanya meskipun subyek memiliki kepribadian atau sifat asli, tetapi subyek mengalami perasaan hilangnya identitas diri hingga subyek memiliki kepribadian yang berubah-ubah dengan *mood* yang terus berubah bahkan kacau. Merubah *ego state* kepribadian ganda tersebut ternyata terdapat beberapa hikmah atau dampak positif yang dialami oleh subyek berkepribadian ganda diantara sebagai berikut.

- Meningkatkan rasa syukur dan sayang pada diri sendiri.
- Hidupnya lebih baik.
- Semakin berusaha mendekatkan diri pada Tuhan (berdo'a).
- Semakin berusaha untuk dapat menjadi pribadi yang lebih baik

- Memiliki rasa semangat untuk siap terjun kedalam masyarakat dan tidak minder.
- Hubungan interpersonal dengan kesadaran diri meningkat.

Pada akhirnya individu berkepribadian ganda terus berusaha agar dapat mengolah emosi dan subyek merasa dengan menyerahkan semua pada Tuhan meskipun memiliki kepribadian ganda ketika subyek mampu mengolah emosi dengan sangat baik maka ada hikmah dibalik menerapkan *smith therapy* tersebut. Pada kenyataannya pun mereka merasakan dampak yang cukup positif dalam kehidupan mereka tentunya saat mereka menerapkan rasa syukur dan *ego* haruslah kuat agar mampu mengatasi perubahan radikal dan tuntunan yang intens dari jalan spiritual. Penghormatan diri sendiri dan kesadaran bagi subyek mampu merubah *ego state* dan sifat manusia yang positif.

B. Saran

1. Bagi individu *ego state* berkepribadian ganda

Dengan memperhatikan hasil penelitian ini, fenomena *ego state* berkepribadian ganda hal yang perlu mendapatkan perhatian adalah individu mulai sekarang harap memperhatikan bagaimana kondisi hati dan psikisnya, perlu adanya individu terapi diri sendiri dengan terapi yang mudah dan tak perlu mengeluarkan banyak biaya. Perbanyak mendekatkan diri pada Tuhan dan jangan lupa bersyukur untuk setiap harinya.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti harap dengan membaca dan menelaah hasil tulisan peneliti sebelumnya, peneliti selanjutnya bisa melanjutkan penelitian ini yang lebih baik dari peneliti sebelumnya yang sebelumnya. Namun perlu adanya pengevaluasian dan menciptakan inovasi baru untuk peneliti selanjutnya tentang individu *ego state* berkepribadian ganda agar penelitian tentang kepribadian ganda dapat di lanjutkan dan lebih di teliti secara lebih detail.

Demikianlah pemaparan hasil penelitian skripsi yang dilakukan oleh peneliti yang berjudul perubahan *ego state: study* individu berkepribadian ganda di IAIN Tulungagung. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan didalamnya. Oleh karena itu peneliti sangat membutuhkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini.

Terimakasih dan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Rabbal Alamiin.