

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan tentang terapi dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dalam meningkatkan *self-esteem* anak disleksia, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- Ketiga subjek penelitian menunjukkan peningkatan derajat *self-esteem* dalam membaca setelah mengikuti terapi dengan melakukan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy*.
- Ketiga subjek berhasil mengubah *negative automatic thoughts* menjadi pikiran positif dan memiliki pengetahuan mengenai pemikiran dan perilaku apa yang seharusnya dilakukan ketika menghadapi kesulitan dalam membaca.

#### 5.2. Saran Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

##### 5.2.1. Saran Teoretis

- Disarankan terapi dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* untuk meningkatkan *self-esteem* pada anak disleksia, dilakukan dengan

ukuran sampel yang lebih luas sehingga dapat dilihat signifikansi perubahan yang dialami tiap individu.

- Mengadakan penelitian terhadap tempat terapi yang berbeda dengan metode penelitian yang sama. Hal ini dimaksudkan agar dapat melihat keefektifan terapi dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* pada tempat terapi yang berbeda.

## **5.2.2. Saran Guna Laksana**

### **5.2.2.1. Saran kepada tempat Terapi**

- Terapi dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* dapat dijadikan salah satu alternatif terapi pada anak disleksia untuk meningkatkan *self-esteem*.
- Disarankan tempat terapi dapat memberikan penjelasan lebih lanjut kepada orang tua mengenai permasalahan disleksia sebelum memberikan CBT pada anak disleksia.
- Disarankan tempat terapi dapat bekerja sama dengan orang tua untuk dapat meningkatkan *self-esteem* pada anak disleksia.

### **5.2.2.2. Saran kepada orang tua**

- Orang tua yang mempunyai anak disleksia agar mengikutsertakan anaknya pada terapi CBT.

### **5.2.2.3. Saran kepada guru**

- Guru yang mengajarkan anak pada level kecil agar memperhatikan untuk mengajari masalah fonologis.