

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil Dari Penelitian Tentang Konseling Pranikah Dengan *Teknik self-management* Dalam Mengatasi Gaya Hidup Hedonis. Berikut Ini Dapat Kesimpulan :

1. Proses konseling pranikah dengan *teknik Self-Managemet* dalam mengatasi gaya hidup hedonis pada calon pengantin yang dilakukan dengan empat klien yang mengalami gaya hidup hedonis. Keadaan responden sebelum melakukan konseling pernikahan klien tidak pernah bisa mengontrol dirinya dari hawa nafsunya, dan boros. Namun, keadaan klien lebih stabil dan dapat mengontrol dirinya sendiri dan mengendalikan hawa nafsunya dengan lebih baik setelah mengikuti konseling pranikah dengan menggunakan teknik self management.
2. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan layanan konseling pranikah secara individual dengan teknik self management, dan setiap responden memiliki tiga kali pertemuan untuk menyelesaikan proses konseling pranikah. Ada beberapa faktor pendukung dan penghambat dalam proses konseling faktor tersebut berasal dari diri klien dan lingkungan klien. Namun, dengan konseling pranikah peneliti melihat perubahan pola gaya hidup hedonis pada diri klien setelah melakukan konseling. Oleh karena itu, meskipun harus memakan waktu yang cukup lama dan penerapan yang konsisten, proses konseling pranikah dengan *teknik self-management* dalam

mengatasi gaya hidup hedonis calon pengantin di KUA kasemen dirasa mampu untuk mengatasi permasalahan yang dialami klien.

3. Secara umum hasil konseling pranikah yang diberikan peneliti kepada klien di KUA Kasemen sangat bermanfaat dalam membantu klien mengatasi berbagai permasalahan nya. Hal ini terlihat dari perubahan perilaku klien. Meskipun hasil nya belum dapat dianggap ideal, klien secara pribadi siap untuk mengubah sikap dan perilakunya untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya dan mengakui akan kesalahannya.

B. Saran

Peneliti menyadari dalam penelitian ini bahwa masih jauh dari kata ideal. Oleh karena nya penelitian berharap kepada peneliti selanjutnya agar dapat lebih ditingkatkan hasil penelitian nya. Berdasarkan penelitian maka dapat disampaikan saran-saran sebagai berikut :

1. Calon pengantin

Setelah melakukan konseling, peneliti berharap klien dapat konsisten dan mempertahankan perilaku baru nya.

2. Pembaca dan akademik Program Studi Bimbingan Konseling

Peneliti berharap dapat meningkatkan wawasan dan pemahaman kepada pembaca konseling pranikah dengan *teknik self-management* dalam mengatasi gaya hidup hedonis kepada calon penagntin, karena mahasiswa dan mahasiswi disini selanjutnya pasti berada di situasi menjadi calon pengantin dan dapat menjadi acuan rujukan dalam mengembangkan teori pada penelitian selanjutnya tentang konseling pranikah dengan teknik self management.