

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan di lapangan mengenai konseling islami dengan teknik scaling question untuk mengurangi kecemasan calon pengantin (catin) di KUA kasemen kecamatan kasemen, penulis akan memaparkan beberapa kesimpulan yang dapat di ambil dan saran berdasarkan hasil temuan penelitian. secara lebih khusus peneliti akan memaparkan hasil penelitain, berdasarkan hasil penelitian dapatlah membuat beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Setelah dilakukan proses wawancara dan observasi di KUA Kasemen mengenai kecemasan pada calon pengantin, penulis mengklasifikasikan ada beberapa bentuk kecemasan yang dialami oleh calon pengantin yang mengakibatkan calon pengantin gagal pada saat proses Ijab Qabul, yaitu gemetar, merasa gugup, merasa gelisah, selalu berpikir negatif, tidak percaya diri, tidak nyaman dalam keramaian sampai intonasi nada bicara tidak jelas.
2. Adapun proses penerapan layanan konseling pada calon pengantin dengan teknik *secaling question* yang diterapkan peneliti dalam pelaksanaan terapi mengatasi tingkat kecemasan calon pengantin adalah sebelum melakukan terapi dengan menggunakan teknik *Scaling Question*, peneliti menanyakan apa penyebab rasa cemas yang dirasakan,

- adapun indikator apa yang membuat calon pengantin cemas pada saat akan menikah, apa faktor yang paling mengganggu pikiran pada saat akan akad nikah, dan apa yang ditakutkan yang mungkin terjadi pada saat akan akad nikah. Kedua peneliti meminta calon pengantin memberikan angka 1 sampai 10, di mana 10 adalah benar-benar cemas yang luar biasa dan 1 adalah merasa sangat percaya diri dan nyaman. Setelah peneliti mendapatkan angka kecemasan dari masing-masing calon pengantin berlanjutlah di tahapan ketiga yaitu tahapan proses memberikan terapi dengan cara memejamkan mata dan meminta calon pengantin membayangkan pelaksanaan ijab kabul, dan meminta calon pengantin membayangkan sedang bersiap-siap melakukan ijab kabul.
3. Hasil layanan konseling Islami dengan teknik *scaling question* dalam mengatasi kecemasan pada calon pengantin yang akan akad nikah yaitu, didapatkan angka yang cukup bagus dari 3, 2, bahkan 1. Yang artinya tingkat kecemasan 1, 2, atau 3 termasuk kategori tingkat kecemasan yang rendah atau bisa di katakan normal. Ini dibuktikan bahwa calon pengantin sudah mampu mengontrol diri dengan baik, sudah mulai percaya diri, sudah tidak takut salah-salah kata lagi, sudah mampu menyesuaikan disekeliling, dan calon pengantin juga dapat mengontrol emosinya, untuk berlatih mengulang-ulang ijab kabul sampai hari H itu tiba.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil kesimpulan yang peneliti simpulkan diatas, peneliti ingin menyampaikan beberapa saran yang bermaksud untuk memberikan kebermanfaatan untuk lembaga ataupun untuk peneliti selanjutnya, berikut lain:

### 1. Untuk calon pengantin

Rasa cemas pada saat akan akad nikah memang hal yang wajar, diharapkan catin bisa menerima rasa cemas ini sebagai sesuatu hal yang baik, karena kecemasan adalah salah bentuk respons positif yang di berikan tubuh kepada kita untuk berbuat sesuatu. Oleh karena itu terus berlatih ijab kabul dan mengulang-ulang ijab kabul menjadi salah satu bentuk respons positif kita menyikapi rasa kecemasan itu.

### 2. Untuk KUA Kecamatan Kasemen Kecamatan Kasemen

Seperti yang ada pada isi dalam penelitian ini, peneliti berharap kepada seluruh elemen KUA yang bertugas sebagai pembina calon pengantin, untuk diberikan pembinaan tentang kecemasan yang akan di alami calon pengantin, semacam ini dilakukan untuk mengurangi kecemasan calon pengantin pada saat akan akad nikah yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan dan tekanan pikiran bagi calon pengantin, karena calon pengantin yang cemas justru akan mengganggu psikologisnya, yang membuat suasana hati cenderung was-was dan tidak tenang, semua itu dilakukan agar membuat calon pengantin tidak selalu was-was dan bisa merasa tenang tanpa memikirkan hal yang buruk yang mungkin terjadi pada saat akan Ijab Qabul.