BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Sebagaimana peneliti telah uraikan pada bab-bab di atas, dapat diambil kesimpulan:

1. Proses Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Rational Emotive Behavior Therapy dalam mengubah pola hidup Hedonis mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya. Langkah-langkah dalam terapi tersebut adalah pertama, Konselor merubah pikiran-pikiran irrasionalnya kearah yang lebih rasional. Kedua, memperbaiki cara berpikikir konseli dan menyadarkan bahwa pemikiran irrasional negative dapat di rubah menjadi lebih positif. Dan yang ketiga, memberi alternative pemecahan masalah, dengan memeberi tugas-tugas dalam memperbaiki perilaku negative konseli. Setelah proses konseling selesai yaitu langkah terakhir menindak lanjuti masalah yang dialami oleh konseli setelah dilakukannya proses konseling. Setelah konselor melakukan wawancara dari berbagai sumber maka terdapat perubahan pada diri konseli saat ini yaitu konseli sudah bisa menghindari hidu bermewah-mewahan dan sedikit demi sedikit akan melakukan suatu perbuatan yang positif.
2. Hasil pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Rational Emotive Behavior Therapy dalam mengubah pola hidup hedonis mahasisa UIN Sunan Ampel Surabaya. Setelah dilakukan konseling selanjutnya adalaha kesimpulan dari hasil pelaksanaan bimbingan dan konseling islam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dalam mengubah pola hidup hedonis, dapat diketahui bahwasanya peneliti dapat diatakan cukup berhasil dengan adanya perubahan yang terjadi pada konseli. Konseli mampu berpikir rassional bahwa bermewah-mewahan hanya membuat konseli rugi terutama dalam segi materi dan berbohong pada orang tua, konseli lebih memilih bekerja lalu menabung untuk membeli barang yang diperlukan. Konseli juga sudah agak jarang pulang larut malam melainkan untuk bekerja, konseli juga sudah tidak membeli barang-barang yang bermerek mahal dan konseli lebih bisa mengontrol dirinya.

B. Saran

Dalam penelitian ini, peneliti menyadari masih jauh dari kata kesempurnaan. Untuk itu penulis berharap pada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian yang tentunya menunjuk pada hasil penelitian yang sudah ada dengan tujuan agar peneliti yang dihasilkan nantinya dapat menjadi lebih baik.

Sudi kiranya untuk memberi saran-saran:

1. Bagi keluarga

   Saran bagi keluarga sebaiknya keluarga tetap memantau konseli dengan perilaku yang akan konseli lakukan. keluarga juga harus lebih perhatian dan waspada pnuh kepada konseli supaya konseli menjadi anak yang lebih baik. Dan tidak lupa memberi kasih sayang kepada konseli.

2. Bagi konseli

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Hendaknya dalam menghadapi keadaan apapun untuk bisa lebih berfikir yang jernih. Karena sesuatu masalah apapun, apabila dihadapi dengan emosi tidak akan menghasilkan keadaan yang lebih baik.

3. Bagi konselor

Konselor jangan berhenti disini saja, konselor juga masih berperan memantau konseli. Tetap selalu memberi motifasi kepada konseli. Dan konselor jangan berpangku tangan setelah konseling selesai, dengan harapan bahwa keberhasilan yang diperoleh tidak hanya pada saat proses konseling masih berjalan saja.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Apabila dalam penelitian ini mempunyai banyak kekurangan mohon kritik dan saran yang sifatnya membangun untuk kesempurnaan penelitian selanjutnya. Dan semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi kitasemuanya khusunya dibidang bimbingan dan konseling islam.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id