

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil *pre test* pada empat konseli pada tabel 4.1 dapat disimpulkan bahwa keempat konseli sebelum mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling individual pendekatan realita berada pada kondisi memiliki gaya hidup hedonis yang tinggi yaitu pada persentase 34%-37%.
2. Berdasarkan hasil *post test* pada keempat konseli pada tabel 4.5 dapat disimpulkan bahwa keempat konseli setelah mendapat perlakuan berupa layanan konseling individual pendekatan realita, keempat konseli berada dalam kategori gaya hidup hedonis yang sangat rendah yaitu pada persentase 49%-80%.
3. Terdapat perbedaan gaya hidup hedonis yang dimiliki siswa sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling individual pendekatan realita. Konseli mengalami penurunan gaya hidup hedonis dengan perbedaan antara pre tes dan pos tes. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling individual pendekatan realita dapat mereduksi gaya hidup hedonis pada siswa SMA Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

5.2.Saran

Berdasarkan hasil penelitian “Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Layanan Konseling Individual dengan Pendekatan Realita Pada Siswa SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”. maka dapat diajukan beberapa saran yaitu:

1. Bagi Konseli

Untuk keempat konseli (SS, Z, IS, EN) disarankan untuk mempertahankan perilaku baru yang telah dibentuk setelah dilakukan konseling individual pendekatan realita dan senantiasa menjaganya agar tidak muncul lagi perilaku hedonis yang sebelumnya.

2. Untuk Sekolah

Diharapkan meningkatkan pelayanan konseling, perlu diupayakan adanya tenaga konselor yang memahami penanganan masalah gaya hidup hedonis dengan teknik dan pendekatan konseling yang tepat. Selain menggunakan Pendekatan Realita, salah satu cara yang bisa dilakukan adalah melalui pendekatan Rational Emotive Therapy sehingga kognisi (pola pikir) dan tingkah laku siswa juga dapat diubah menjadi lebih baik lagi.

3. Peneliti Lebih Lanjut

Peneliti lebih lanjut disarankan untuk menggunakan alat yang lebih baik dan tepat dalam pengumpulan data untuk kepentingan dokumentasi sehingga mendapatkan hasil penelitian yang lebih maksimal. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan melakukan kegiatan konseling individual ditempat yang lebih aman dan nyaman guna menghindari kebisingan yang dapat mengganggu proses konseling.

4. Guru BK

Guru BK agar mempertimbangkan dan lebih mengembangkan program layanan konseling individual pendekatan realitakhususnya kepada siswa yang memiliki gaya hidup hedonis.