

## 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 rasional emotif berada pada kondisi memiliki gaya hidup hedonisme yang tinggi yaitu pada persentase 37%-52%.
2. Berdasarkan hasil *post test* pada keempat konseli pada tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa keempat konseli setelah mendapat perlakuan berupa layanan konseling individual pendekatan rasional emotif, keempat konseli berada dalam kategori gaya hidup hedonisme yang sangat rendah yaitu pada persentase 85%-100%.
3. Terdapat perbedaan gaya hidup hedonisme yang dimiliki siswa sebelum dan sesudah mendapatkan layanan konseling individual pendekatan rasional emotif. Konseli mengalami penurunan gaya hidup hedonisme dengan perbedaan antara pre tes dan pos tes. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling individual pendekatan rasional emotif dapat mereduksi gaya hidup hedonisme pada siswa/siswi kelas XII IPS-1 Negeri 8 Medan Tahun Ajaran 2017/2018.

## 5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian “Mereduksi Gaya Hidup Hedonisme Melalui Konseling Individual Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Pada Siswa/Siswi Kelas XII IPS-1 Di SMA Negeri 8 Medan T.A 2017/2018”, maka dapat diajukan beberapa saran yaitu:

### 1. Bagi Konseli

Untuk keempat konseli (KM, PA, SA, YN) disarankan untuk mempertahankan believe rasional yang telah dibentuk setelah dilakukan konseling dan senantiasa menjaganya agar tidak muncul lagi believe irrational yang dapat menimbulkan masalah baru bagi konseli

### 2. Untuk Sekolah

Diharapkan meningkatkan pelayanan khususnya dalam hal mengenai konseling, perlu diupayakan adanya tenaga konselor yang memahami penanganan masalah gaya hidup hedonisme dengan teknik dan pendekatan konseling yang tepat. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan melakukan konseling individu dengan pendekatan *rational emotive therapy*.

### 3. Peneliti Lebih Lanjut

Peneliti lebih lanjut disarankan untuk dapat melakukan pengkajian lebih mendalam menggunakan data metode yang berbeda dan lebih intensif dalam melakukan penelitian tentang gaya hidup hedonisme agar tidak terkesan dalam memanipulasi data hasil penelitian.