

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh tingkat pemahaman resiko pernikahan dini siswa SMA Islam Temayang, tinggi 32%, rendah 62% dan rendah 6%. Hasil *post test* menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Data dianalisis menggunakan Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnow* dan uji reliabilitas menggunakan nilai *alpha cronbach*, uji *paired sample T- test* dengan bantuan SPSS 26. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* dengan rata-rata *pretest* 114,6% dan hasil rata-rata *posttest* 154%. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan konseling individu dengan teknik *self control* berdayaguna untuk meningkatkan pemahaman resiko pernikahan dini pada siswa SMA Islam Temayang. Melalui layanan konseling individu *cognitive behavior therapy* dengan teknik *self control* dapat terlaksana dengan efektif, penyelesaian lancar dan hasil seperti yang diharapkan peneliti dan konseli.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Konseli

Kepada tiga siswa diharapkan mampu untuk terus meningkatkan *self control* untuk kedepannya. Diharapkan kepada 3 siswa mampu berpikir secara rasional, memikirkan konsekuensi positif maupun negative sebelum mengambil keputusan. Selain itu konseli juga diharapkan agar mampu mengubah cara berpikir dan bertindak mereka dengan menginterpretasi pikiran-pikiran positif mereka terhadap memadamkan suatu masalah yang sedang dihadapi, sehingga dapat menyeimbangkan antara pikiran, perasaan dan tindakan.

5.2.1 Bagi Sekolah

Diharapkan pihak sekolah dapat lebih meningkatkan kepedulian serta kedekatan pada mahasiswa, sebagai bentuk penerapan layanan konseling sehingga siswa dapat terbantu dalam mengatasi permasalahan diri secara pribadi maupun tidak, terutama dalam meningkatkan *self control* guna mengambil keputusan terutama dalam memahami resiko pernikahan dini.

5.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu menjadikan sebuah bahan referensi serta dapat mengembangkan penelitian tentang “keefektifan konseling individu dengan teknik *self control* untuk meningkatkan pemahaman resiko pernikahan dini” di kemudian hari.

