**BAB V**

**PENUTUP**

1. **Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan oleh penulis dengan 6 kali pertemuan terhadap Implementasi konseling REBT dengan Teknik ABCDE untuk mengurangi perilaku konsumtif SA selaku mahasiswa prodi BKPI di UIN Raden Intan Lampung sekaligus konseli pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa proses implementasi terapi sudah sesuai dengan prosedur pelaksanaan konseling REBT Teknik ABCDE. Proses ini dapat penulis nyatakan berhasil dikarenakan prilaku kunsumtif konseli dapat berkurang secara berkala setelah diberikan terapi atau *treatment*. Perilaku konseli yang awalanya konsumtif dengan ditandai oleh pemikiran irrasionalnya seperti ketika konseli tidak dapat mengikuti *trend* yang beredar, kini berangsur-angsur membaik. Setelah konselor memberikan *treatment* kepada konseli, *self-talk* pada diri konseli lebih terbangun dengan pemikaran-pemikiran yang rasional dan konseli merasa lebih nyaman dengan perubahan pola pikirnya yang baru. Jadi konseling REBT dengan teknik ABCDE ini dapat digunakan untuk mengurangi perilaku konsumtif yang berlebihan pada SA selaku konseli dalam penelitian ini, namun konseling REBT dengan teknik ABCDE ini belum tentu berhasil digunakan untuk konseli yang lain, dikarenakan penelitian ini hanya berfokus pada satu konseli saja dan termasuk kekurangan REBT itu sendiri.

1. **Saran**

Adapun saran-saran dari penulis yaitu

1. Bagi konseli diharapkan agar lebih mampu membedakan mana kebutuhan primer, skunder maupun tersier,
2. Bagi calon konselor khususnya mahasiswa/i prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung mampu menambah pengetahuan dan wawasan terkait teori konseling maupun keterampilan dalam mengimplementasikan teori-teori konseling tersebut dan penulis menyarankan bahwa konseling REBT dengan Teknik ABCDE ini mampu mengurangi perilaku konsumtif pada SA selaku konseli dalam penelitian ini. Serta sebagai bentuk pengimplementasian ilmu pengetahuan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dangan Teknik ABCDE.
3. Bagi pembaca semoga penelitian ini dapat dijadikan sebagai pemahaman bahwa perilaku konsumtif sangat merugikan jika berlebihan karena dapat menimbulkan dampak yang cukup serius
4. Hasil dari penulisan skripsi ini dapat dijadikan bahan referensi bagi penulis selanjutnya dikarenakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dangan Teknik ABCDE ini mampu mengurangi perilaku konsumtif pada SA selaku konseli dalam penelitian ini yaitu seorang mahasiswa di prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung.