BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil dalam masyarakat yang memiliki hubungan darah, dalam keluarga tentunya tidak luput dengan adanya sebuah permasalahan yang disebabkan oleh perbedaan pandangan maupun pemikiran dari masing-masing anggota keluarga. Oleh karena itu dalam mengatasi permasalahan tersebut maka dibutuhkannya sebuah solusi dari permasalahan yang terjadi dalam keluarga, untuk mengatasi permasalahan dalam keluarga dapat melalui konseling keluarga, Konseling keluarga adalah proses pemberian bantuan yang berfokus pada anggota keluarga untuk memahami dan memperbaiki dinamika hubungan antar keluarga.

Penelitian ini membahas mengenai urgensi konseling keluarga dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam mencegah perceraian di Desa Gadu Barat Gending. Hasil penelitian yang peneliti jalani menunjukkan bahwa konseling keluarga dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) efektif dalam memperbaiki komunikasi antar pasangan, meningkatkan pemahaman dan empati, serta mengubah pola pikir dan perilaku negatif yang sering menjadi penyebab konflik dalam rumah tangga. Intervensi ini juga berhasil meningkatkan kualitas hubungan dan kepuasan pernikahan, yang pada akhirnya berkontribusi pada penurunan angka perceraian. Temuan ini menegaskan pentingnya dukungan

psikologis dan edukasi dalam menjaga keutuhan keluarga dilingkungan masyarakat.

B. Saran

1. Kepada Masyarakat

Untuk masyarakat yang telah membina rumah tangga, hendaknya menggunakan kepala dingin dalam menyelaikan sebuah permasalahan dalam rumah tangga, dan tidak gegabah dalam mengambil keputusan.

2. Pihak KUA

Kepada pihak KUA untuk mengurangi angka perceraian hendaknya lebih memperhatikan kembali masyarakat yang berpotensi melakukan perceraian, melakukan pencegahan lebih dini seperti halnya memberikan konseling pra-nikah bagi pasangan yang hendak menikah serta memberikan layanan konseling keluarga bagi masyarakat yang memiliki permasalahan dalam rumah tangganya.

3. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian yang peneliti susun jauh dari kata sempurna hendaknya bagi peneliti selanjutnya lebih menyempurnakan penelitian mengenai upaya pencegahan perceraian.