

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terkait upaya meningkatkan *self esteem* dari korban *bullying* siswa melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive training* pada siswa kelas XI SMK Bina Nusantara Jatirogo, dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik *Assertive training* terbukti efektif untuk meningkatkan *self esteem* dari korban *bullying* siswa kelas XI SMK Bina Nusantara Jatirogo.

Berdasarkan hasil *pre-test* yang diperoleh dari 8 siswa, hasil rata-rata siswa berada pada kategori rendah dengan presentase sebesar 54%,

Hasil *post-test* setelah diberikannya treatment yang dilakukan kepada 8 siswa dapat diketahui bahwa rata-rata berada pada kategori tinggi dengan nilai presentase sebesar 82%

Terdapat perbedaan peningkatan *self esteem* dari korban *bullying* siswa sebelum diberikannya treatment dan setelah diberikannya treatment menggunakan teknik *Assertive training*. Sebelum diberikannya treatment hasil presentase sebesar 54% dengan kategori rendah. Setelah mendapatkan treatment nilai presentase rata-rata meningkat menjadi 82% dengan kategori tinggi. Sehingga nampak perbedaan nilai sebelum dan setelah diberikan treatment yaitu sebesar 28%.

Berdasarkan hasil uji normalitas mendapatkan nilai signifikan sebesar 0,200 yang berarti bahwa nilai signifikan lebih dari 0,05 maka variabel yang diteliti terdistribusi normal.

Dari hasil uji t-test didapatkan nilai sig. (2- tailed) dari tabel Paired T-test sebesar 0,000. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* dalam teknik *Assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* dari korban *bullying* siswa.

Diketahui bahwa nilai signifikan (sig) pada baris *Deviation From Linearity* adalah sebesar 0,280 yang mana lebih besar dari taraf signifikan yang telah ditentukan yakni 0,05. Hal tersebut dapat diartikan bahwa antara variabel *Pre test* dan variabel *Post test* terdapat hubungan yang linier. Adapun hasil dari rumusan masalah :

1. Dengan layanan konseling kelompok dapat lebih dekat dengan siswa korban *bullying*, menjadikan sebuah hubungan lebih dekat dan membuat siswa lebih terbuka atas masalah yang di hadapi dan mampu membuat siswa lebih bisa

mengatasi masalahnya sendiri dari kurang menghargai diri sendiri sampai lebih menyayangi diri sendiri atau lebih menghargai diri sendiri.

2. Dengan pelatihan *assertiv training* dapat membuat atau membantu siswa lebih percaya diri dengan bagaimana dia lebih bisa menyampaikan perasaannya dari yang kurang berani untuk berpendapat, mempertahankan haknya atau takut untuk mengutarakan apa yang dia rasakan lalu dengan *assertive training* siswa mampu mengatasi masalah yang di hadapinya.
3. Efektif layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* siswa korban *bullying* hasil dari penelitian menunjukkan hasil *pre-test* dengan rata – rata 54% dan *post-test* dengan rata – rata 82% menunjukkan kenaikan rata – rata 28% sebelum dan sesudah diberikanya treatmen layanan konseling kelompok tehnik *assertive trainig*.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Siswa

Kepada 8

siswa diharapkan mampu terus meningkatkan dan mempertahankan *self esteem* atau harga diri yang telah berhasil ditingkatkan dengan teknik *Assertive training* dan senantiasa berkomitmen dengan diri sendiri meski tanpa pengawasan dari guru ataupun pihak lain. Tidak hanya untuk 8 siswa diharapkan seluru siswa-siswi SMK Bina Nusantara Jatirogo bisa lebih menyayangi diri sendiri dan bisa melawan tidak bully.

5.2.2 Bagi Sekolah

Diharapkan kepada pihak sekolah lebih dapat memfasilitasi sarana prasarana untuk kegiatan belajar mengajar di dalam kelas memberi lebih perhatian terhadap kegiatan konseling di sekolahan.

5.2.3 Bagi Guru BK

Diharapkan kepada guru BK dapat meningkatkan kedekatan dan kepedulian terhadap siswa, terlebih terhadap masalah tentang siswa korban *bullying*,

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu menjadikan bahan referensi serta mengembangkan penelitian tentang “efektifitas konseling kelompok teknik *Assertive training* untuk meningkatkan

self esteem korban *bullying*” di tingkat SMK. Ataupun dapat dilanjutkan atau digunakan sebagai refrensi untuk tingkat SMP/SLTA sederajat.



UNUGIRI