

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka secara umum disimpulkan bahwa dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan *asertif* dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan berbicara siswa di SMP Negeri 17 Kota Jambi. Berikut kesimpulan dari hasil penelitian ini:

1. Berdasarkan pelaksanaan tindakan yang dilakukan pada setiap siklus dapat dilihat hasilnya bahwa pada siklus I peneliti menyelenggarakan bimbingan kelompok dimana memperoleh presentase sebesar 55% berada pada tingkatan “Sedang”.
2. Pada siklus II peneliti menyelenggarakan bimbingan kelompok dimana memperoleh presentase sebesar 70% berada pada tingkatan “Tinggi”, dan pada siklus III peneliti menyelenggarakan bimbingan kelompok dimana memperoleh presentase sebesar 88% dikategorikan berada pada tingkatan “Tinggi”. Pada penelitian ini siklus III mengalami peningkatan dalam berbicara di depan orang lain, dimana pada siklus II - III pemberian layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Asertif* sangat memberikan peningkatan terhadap kemampuan berbicara siswa.
3. Pada siklus III peneliti melaksanakan layanan bimbingan kelompok, peneliti mengucapkan salam terlebih dahulu, menanyakan kabar

bentuk dari pembinaan hubungan yang baik dengan anggota kelompok, peneliti menjelaskan proses bimbingan kelompok serta tugas- tugas anggota kelompok selama bimbingan kelompok berlangsung, peneliti mengajak anggota kelompok untuk mendiskusikan mengenai topik yang telah disampaikan, peneliti menggunakan ice breaking “Lontar kata” untuk menghindari rasa bosan dan mengantuk. Dengan kata lain hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan berbicara siswa pada siklus III lebih baik dan dapat meningkat dari pada siklus I dan siklus I.

4. Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi yang peneliti lakukan bersama kolaborator yaitu terjadi peningkatan terhadap kemampuan siswa dalam berbicara, yang dilakukan disetiap siklusnya dengan menggunakan siklus I tema *public speaking*, siklus II tema yang berkaitan tentang kepercayaan diri, dan siklus III tema bebas bercerita dengan metode dinamika kelompok.

B. Saran

Berdasarkan simpulan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas dapat disarankan sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah, hendaknya mendukung setiap kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah karena pelaksanaan kegiatan tersebut diharapkan dapat membantu siswa untuk secara mandiri mampu meningkatkan kemampuan yang dimiliki siswa.

2. Bagi siswa, dengan adanya peningkatan kemampuan berbicara di depan kelas diharapkan dapat membantu siswa lebih percaya diri dan mampu mengekresikan prasaaan atau yang dirasakan dengan baik dan tepat.
3. Bagi guru bimbingan dan konseling, hendaknya bisa mengimplikasikannya ke berbagai kegiatan bimbingan konseling sesuai dengan bidang permasalahan yang dialami siswa serta diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi para guru BK untuk membantu meningkatkan kemampuan berbicara siswa menggunakan layanan bimbingan dan konseling atau menggunakan tehnik *Asertif* untuk kebutuhan layanan lainnya.

C. Implikasi Hasil Penelitian terhadap Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan temuan hasil penelitian mengenai upaya peningkatan perilaku *asertif* rendah siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan *asertif*. Peneliti menemukan bahwa ada peningkatan yang dialami oleh anggota BKP setelah diadakannya bimbingan kelompok dengan teknik *asertif* selama 3 siklus. Dilihat berdasarkan hasil penelitian, dimana hasil angket yang disebarkan setiap menyelesaikan satu siklus mengalami perubahan kearah yang lebih baik. Guru bimbingan konseling bisa menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa dalam program tahunan agar semua siswa memiliki perilaku asertif yang tinggi.

Assertive training adalah prosedur-prosedur terapi tingkah laku yang berusaha untuk lebih mudah mengekspresikan perasaan-perasaan yang masuk akal, atau rasa benci dan dendamnya, atau rasa persetujuannya (Fuadah, 2014). Teknik *asertif* juga dikenal sebagai istilah latihan *asertif* (assertive training) merupakan teknik yang digunakan untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan perilaku-perilaku yang diharapkan, sehingga dapat melatih ketegasan yang merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya dan belajar bagaimana mengungkapkan

perasaan dan pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak menunjukkan reaksi-reaksi terbuka itu. Asertivitas merupakan suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain.

Hal itu sejalan dengan yang diungkapkan oleh Corey (2009) yang menyatakan bahwa asumsi dasar dari pelatihan *asertifitas* adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut. Dapat dikatakan bahwa latihan *asertif* merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan pada individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak – haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.

Assertiveness adalah sifat orang yang terbuka (proaktif) dan dapat langsung mengemukakan keterbukaan diri. Sifat ini cenderung untuk memimpin daripada mengikuti dan serta merta dapat bertindak apabila memungkinkan. Tipe *asertif* akan cepat merasa mendapat kesempatan yang tidak boleh disia-siakan, mandiri dalam bertindak, cenderung memberi perintah daripada melakukan sendiri. Lebih memberikan instruksi dibandingkan kerjasama. Menurut Lange dan Jakubowski (Dr. Vladimir, 2016) *asertif* berkaitan dengan tingkah laku dalam hubungan interpersonal

yang ditandai dengan kemampuan seseorang mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan yang diungkapkan secara langsung, jujur, tepat, dan tidak melanggar hak asasi orang lain. Sehingga untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dapat dilakukan dengan pelatihanpelatihan, salah satunya adalah pelatihan *asertif*. Sehubungan kesimpulan penelitian, maka diajukan saran-saran yakni konselor sekolah dapat melaksanakan proses bimbingan kelompok dengan teknik assertive training dalam kegiatan bimbingan konseling. Bagi siswa, dapat membantu dalam proses meningkatkan kemampuan berbicara, sehingga mampu berkomunikasi dengan orang lain, aktif dalam kegiatan di kelas, mudah berbaur dengan teman yang lain