

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berlandaskan hasil serta pembahasan tentang Efektivitas *Assertive Training* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif siswa di SMP Negeri 22 Kota Jambi, maka bisa ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil *Pretest* menunjukkan bahwa tingkat perilaku asertif siswa sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori SEDANG. Skor *Pretest* yang diperoleh 882 sementara nilai rata-rata yang didapat 55. Pada data *pretest* perilaku asertif siswa pengolahan persentase, 13% dalam kategori sangat rendah dengan frekuensi 2 orang, 25% dalam kategori rendah dengan frekuensi 4 orang, 50% dalam kategori sedang dengan frekuensi 8 orang, 6% dalam kategori tinggi dengan frekuensi 1 orang, dan 6% dalam kategori sangat tinggi dengan frekuensi 1 orang.
2. Sedangkan hasil dari *posttest* menunjukkan bahwa tingkat perilaku asertif siswa sesudah diberikan perlakuan ada pada kategori TINGGI. Skor *posttest* yang diperoleh 1116 sementara nilai rata-rata yang didapat 70. Pada data *posttest* perilaku asertif siswa pengolahan persentase, 6% dalam kategori sangat rendah dengan frekuensi 1 orang, 6% dalam kategori rendah dengan frekuensi 1 orang, 31% dalam kategori sedang dengan frekuensi 5 orang, 44% dalam kategori tinggi dengan frekuensi 7 orang, dan 13% dalam kategori sangat tinggi dengan frekuensi 2 orang.
3. Berdasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* tingkat perilaku asertif siswa dan telah dilakukan uji T-test maka didapatkan hasil nilai signifikansi

0,000 pada saat uji T-test yang berarti $<$ dari 0,05. Sehingga hipotesis yang menyatakan terdapat peningkatan yang signifikan terhadap perilaku asertif setelah diberikan perlakuan dapat diterima. Dengan demikian dapat juga dikatakan teknik *Assertive Training* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

B. Saran

Berlandaskan kesimpulan dari penelitian diatas maka saran yang bisa diberikan kepada beberapa pihak sebagai berikut:

1. Kepada guru pembimbing : teknik *Assertive Training* dapat membantu guru pembimbing dalam mengatasi permasalahan siswa tentang perilaku asertif, khususnya guna meningkatkan perilaku asertif siswa.
2. Kepada siswa : diharapkan dapat mempertahankan perilaku asertif baik itu dalam lingkungan pertemanan, keluarga, dan masyarakat.
3. Kepada peneliti selanjutnya : agar dapat bermanfaat dan digunakan sebagai referensi atau acuan dalam penelitian yang berhubungan dengan bimbingan serta konseling, khususnya dalam perilaku asertif dan teknik *Assertive Training*.

C. Implikasi Hasil Penelitian Bagi Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian menunjukkan bahwasannya teknik *Assertive Training* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Hasil penelitian ini menyediakan data mengenai tingkat perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan. Sehingga guru BK dapat memanfaatkan

teknik *Assertive Training* untuk mengatasi masalah perilaku asertif siswa yang rendah dengan teknik *assertive training* dengan cara bermain peran.

Hasil penelitian ini juga dapat dimanfaatkan oleh pihak sekolah dalam pengembangan program bimbingan dan konseling untuk mengatasi permasalahan siswa guna meningkatkan kinerja guru BK di sekolah, meningkatkan persepsi positif siswa terhadap bimbingan konseling serta meningkatkan minat siswa terhadap BK.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan dan peningkatan bimbingan konseling di sekolah, penelitian ini juga dapat dijadikan panduan serta langkah-langkah dalam melaksanakan teknik *Assertive Training* guna meningkatkan perilaku asertif siswa, selain itu peneliti mengharapkah agar hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat serta menambah pengetahuan bagi seluruh pembacanya.