

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMA N 14 Kota Jambi dan berdasarkan pada hasil pembahasan maka kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Gambaran tingkat *verbal aggression* (X) peserta didik SMA N 14 Kota Jambi berada pada kategori tinggi dengan presentase 61.51% yang mengindikasikan bahwa perilaku *verbal aggression* yang diterima korban tinggi.
- b. Gambaran tingkat *self esteem* (Y) peserta didik SMA N 14 Kota Jambi berada pada kategori 56.68% berada pada tingkat sedang yang menunjukkan bahwa peserta didik yang menjadi korban *verbal aggression* memiliki pengalaman yang berpengaruh secara negatif terhadap *self esteem*.
- c. Pengaruh *verbal aggression* (X) terhadap *self esteem* (Y) peserta didik SMA N 14 Kota Jambi sebesar 8,9% terhadap *self esteem*. Berdasarkan kriteria pengaruh determinasi 0,089 atau 8,9% berada pada kategori rendah tapi pasti (0,05-0,16) maka penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh rendah tapi pasti antara variabel *verbal aggression* (X) terhadap variabel *self esteem* (Y).

5.2 Saran

Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Siswa diharapkan dapat menyadari dampak dari perilaku *verbal aggression* terhadap diri sendiri dan orang lain, belajar mengendalikan amarah, mengekspresikan pendapat secara positif, menciptakan suasana saling menghormati di lingkungan sekolah, meningkatkan kepercayaan diri melalui pencapaian prestasi serta hubungan yang sehat dengan teman dan guru. sehingga *self esteem* tetap terjaga. Hal ini diharapkan dapat memperbaiki cara berekspresi secara verbal.
2. Sekolah perlu mengembangkan program komprehensif yang mencakup Pemberian pemahaman terkait perilaku *verbal aggression* kepada peserta didik melalui workshop, melakukan pengembangan kebijakan sekolah yang jelas terkait konsekuensi edukatif bagi pelaku dan sistem evaluasi berkala sangat krusial untuk menilai efektivitas intervensi. pelatihan kesadaran bagi guru dan staf tentang *verbal aggression*, sistem pelaporan yang aman, serta program pemulihan *self esteem* bagi korban. Implementasi pendidikan karakter dan empati yang terintegrasi dalam kurikulum, disertai dengan keterlibatan aktif orang tua melalui workshop dan forum komunikasi untuk menangani kasus *verbal aggression*. Kebijakan ini sebaiknya didukung dengan kolaborasi bersama ahli kesehatan mental untuk penanganan kasus yang lebih serius, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang aman dan mendukung pemulihan *self esteem* korban *verbal aggression*.

3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber bacaan untuk penelitian sejenis.

Khususnya bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan intervensi yang efektif dalam mengurangi *verbal aggression* dan meningkatkan *self esteem*.

5.3 Impikasi Terhadap Bimbingan Dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian ini yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan *verbal aggression* terhadap *self esteem* peserta didik, maka berbagai aspek dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah perlu diperhatikan dan dikembangkan. Kenyataannya, banyak sekolah masih menghadapi tantangan dalam mengidentifikasi kasus *verbal aggression* karena perilaku ini sering dianggap "normal" atau "bercanda" oleh guru dan siswa. Guru BK di sekolah hendaknya berfokus pada pencegahan perilaku *verbal aggression* melalui berbagai program yang membangun kemampuan komunikasi positif, keterampilan mengendalikan emosi, serta peningkatan rasa percaya diri siswa. Namun dalam praktiknya, masih banyak guru BK yang memiliki beban kerja berlebihan dengan rasio 1:150 atau bahkan 1:200 siswa, sehingga program pencegahan seringkali tidak dapat dilaksanakan secara optimal.

Perlu juga adanya Intervensi yang tepat sehingga dapat membantu siswa mengurangi perilaku *verbal aggression* dan meningkatkan *self esteem*. Di lapangan, guru BK sering menghadapi kendala waktu dan ruang konseling yang terbatas, serta stigma negatif dari siswa yang menganggap dipanggil ke ruang BK sebagai hal yang memalukan. Guru BK dapat menyelenggarakan sesi konseling individu untuk membantu siswa menyadari dampak *verbal aggression* terhadap *self esteem*. Banyak

siswa yang mengalami verbal aggression enggan untuk terbuka kepada guru BK karena takut dianggap "lemah" atau khawatir masalahnya akan diketahui orang lain.

Selain itu, konseling kelompok dapat meningkatkan solidaritas dan saling pengertian antar siswa sehingga suasana sekolah menjadi lebih kondusif. Guru BK juga harus melibatkan orang tua dan pihak sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan karakter positif. Dengan demikian, Guru BK di sekolah dapat lebih adaptif dan strategis dalam membantu peserta didik dalam mengelola perilaku agresif dan memperkuat *self esteem* sehingga mendukung terciptanya lingkungan belajar yang sehat dan mendukung perkembangan pribadi siswa.