

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Penelitian yang dilakukan mengeksplorasi terkait kemampuan korban perundungan dalam berperilaku asertif. Pada siswa korban perundungan di SMP Negeri 52 Bandung ditemukan bahwa siswa korban perundungan memiliki perilaku asertif yang cenderung rendah. Simpulan tersebut berdasar pada gambaran-gambaran berikut.

- 5.1.1 Siswa korban perundungan pada aspek *expressing positive feeling* lebih dominan menunjukkan perilaku yang asertif. Kendatipun demikian, ditemukan juga faktor yang memengaruhi terhambatnya perilaku asertif pada korban perundungan yaitu, keyakinan irasional, perasaan malu, dan rasa rendah diri.
- 5.1.2 Pada aspek *self-affirmation* siswa korban perundungan menunjukkan kecenderungan yang pasif. Pada aspek *self-affirmation* ditemukan bahwa siswa korban perundungan mengalami rasa takut, dan keyakinan irasional, sehingga memicu perilaku yang pasif pada siswa korban perundungan.
- 5.1.3 Kemampuan perilaku asertif siswa korban perundungan pada aspek *expressing negative feeling* juga menunjukkan hasil yang cenderung pasif. Siswa korban perundungan merasa takut untuk mengungkapkan perasaan negatifnya kepada orang lain, serta memiliki keyakinan bahwa mengungkapkan perasaan negatif adalah hal yang beresiko, sehingga menghambat mereka untuk berperilaku asertif.
- 5.1.4 Bimbingan dan Konseling di sekolah belum memiliki layanan khusus terkait untuk mengembangkan perilaku asertif ataupun untuk menangani perundungan. Layanan yang telah dilaksanakan terkait perundungan adalah program Roots anti perundungan yang dilaksanakan melalui kegiatan P5 di sekolah.

- 5.1.5 Implikasi penelitian menghasilkan rancangan layanan konseling kelompok untuk mengembangkan perilaku asertif korban perundungan.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga siswa korban perundungan memiliki perilaku asertif yang cenderung rendah. Oleh karena itu, upaya yang dapat dilakukan oleh Guru Bimbingan dan Konseling adalah dengan mengembangkan perilaku asertif korban perundungan menggunakan layanan konseling kelompok ataupun konseling individual. Selanjutnya, Guru Bimbingan dan Konseling dapat merancang layanan bimbingan klasikal ataupun bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa di sekolah sebagai upaya preventif terhadap fenomena perundungan di sekolah.

Adapun rancangan layanan konseling kelompok yang telah di susun dapat dilaksanakan oleh Guru Bimbingan dan Konseling. Rancangan konseling kelompok dapat dilaksanakan melalui beberapa tahapan: 1) Observasi untuk mengetahui siswa yang menjadi korban perundungan; 2) Asesmen kebutuhan terkait perilaku asertif siswa meliputi kemampuan *expressing positive feelings*, *self-affirmation*, dan *expressing negative feelings*, untuk menyesuaikan kebutuhan siswa dengan tujuan layanan; dan 3) Pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan REBT dengan teknik *homework assignments* untuk mengubah keyakinan irasional korban perundungan, teknik *assertive training* untuk melatih komunikasi asertif korban perundungan, *Shame-Attacking Exercise* untuk mengubah perasaan malu siswa yang menghambat mereka dalam berperilaku asertif, dan *roleplay* untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam meminta bantuan.. Terkait lama waktu konseling yang digunakan disetiap pertemuan dapat disesuaikan dengan kebutuhan siswa.

## 5.2.2 Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitian, rekomendasi bagi penelitian selanjutnya adalah sebagai berikut.

- 5.2.2.1 Menambahkan metode observasi untuk mengumpulkan data terkait perilaku asertif korban perundungan.
- 5.2.2.2 Mengungkap perilaku asertif tidak hanya pada korban perundungan tapi juga pada pelaku perundungan, dan *bystander*.
- 5.2.2.3 Menguji efektivitas rancangan layanan bimbingan dan konseling yang telah disusun.