

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Pada bab ini dipaparkan kesimpulan dan rekomendasi penelitian. Kesimpulan merupakan inferensi dari temuan empiris dan kajian pustaka. Sementara rekomendasi hasil penelitian difokuskan pada upaya sosialisasi hasil penelitian dan pengembangan intervensi lebih lanjut yang dapat diterapkan dalam beberapa *setting* permasalahan dan subjek yang lebih beragam.

#### **A. Kesimpulan**

Merujuk pada tujuan, hasil dan pembahasan penelitian, beberapa kesimpulan dapat ditarik, yaitu:

##### *1. Profil Harga Diri Remaja*

Hasil secara umum, harga diri peserta didik Kelas XI SMK Negeri 12 Bandung tahun ajaran 2017-2018 berada pada kategori harga diri tinggi. Artinya, peserta didik kelas XI SMKN 12 Bandung sudah memiliki karakteristik yang bersifat rasionalitas, realistis, intuitif, kreatif, mandiri, fleksibel, mampu mengoreksi kesalahan, kebajikan dan sikap kooperatif, mereka menghargai dirinya atau melihat dirinya sebagai individu yang bernilai dan dapat mengenali kesalahan-kesalahannya, tetapi tetap menghargai nilai-nilai yang ada pada dirinya.

##### *2. Rumusan Teknik Assertive training untuk meningkatkan harga diri*

Rumusan program teknik *assertive training* difokuskan untuk meningkatkan seluruh aspek harga diri yang paling rendah dan memelihara aspek harga diri lainnya. Penggunaan teknik tersebut didasarkan atas kajian pustaka dan penelitian terdahulu yang menunjukkan keberhasilan teknik *assertive training* dalam melatih keterampilan pemecahan masalah dan keterampilan berkomunikasi.

3. *Efektivitas teknik Assertive training untuk meningkatkan harga diri.*  
 Dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan harga diri teruji efektif untuk meningkatkan harga diri. Teknik *assertive training* ini membantu mengembalikan kesadaran peserta didik terhadap hak-hak dirinya untuk dapat hidup bahagia, berharga dan layak akan haknya dalam menyatakan kebutuhan dan keinginan, dan hak pribadinya untuk menikmati hasil dari semua yang telah diusahakan. Teknik *assertive training* juga efektif membantu memperbaharui keyakinan peserta didik terhadap keberfungsian pikiran dan keyakinan pada kemampuan dirinya dalam menghadapi tantangan hidup.

## **B. Rekomendasi**

Berdasarkan pembahasan hasil dan kesimpulan penelitian, rekomendasi utama dari penelitian ini adalah tentang teknik *Assertive training* untuk meningkatkan harga diri remaja. Rekomendasi ditujukan kepada berbagai pihak terkait, khususnya bagi pimpinan lembaga pendidikan/sekolah, pimpinan lembaga sosial yang berkepentingan dalam pembinaan remaja, konselor sekolah/guru bimbingan dan konselingserta peneliti selanjutnya.

1. *Bagi konselor sekolah /guru bimbingan dan konseling*
  - a. Bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive training* secara signifikan efektif meningkatkan kemampuan harga diri pesera didik Program *assertive training* dapat diterapkan dan diintegrasikan selaras dengan program bimbingan yang ada di SMKN 12 Bandung untuk meningkatkan harga diri peserta didik.
  - b. Mempertimbangkan waktu yang digunakan pada kegiatan pemberian layanan kegiatan, karena pada penelitian ini fokus peserta didik terbagi kepada ujian akhir sekolah.
  - c. Merencanakan observasi berkelanjutan terhadap peserta didik yang memiliki harga diri rendah dan

Riesa Rismawati Siddik, 2018

**EFEKTIVITAS TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI PESERTA DIDIK**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

merencanakan tindak lanjut bagi peserta didik yang peningkatannya sedikit dalam kegiatan *assertive training*, misalnya dengan memberikan layanan konseling individual. Karena dalam keterbatasan penelitian ini peneliti tidak tahu sampai sejauh mana perilaku asertif itu dapat bertahan dalam kehidupan sehari-hari.

- d. Ukuran kelompok konseling dalam penelitian ini terlalu banyak, sehingga dalam pemberian intervensi kurang kondusif karena pada saat penelitian yang peneliti lakukan ada beberapa peserta didik yang tidak diperhatikan. Dalam penelitian selanjutnya diharapkan ukuran kelompok diambil 10-12 subjek intervensi.

## 2. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Mengadakan tindak lanjut lebih detail pada setiap sesi intervensi. Tahap tindak lanjut menjadi acuan perkembangan individu pada setiap sesi intervensi.
- b. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan dapat memilih waktu intervensi mendukung serta kondisi subjek intervensi yang memungkinkan dapat menerima intervensi dengan baik, sehingga pemberian intervensi dapat berjalan dengan baik dan lancar.
- c. Serta diharapkan untuk penelitian selanjutnya, metodologi penelitiannya lebih *power full* dan lebih mendetail dalam pembahasannya, karena dalam penelitian ini pembahasan yang dilakukan secara umum tidak dilihat per individual perubahannya.