

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan dan rekomendasi yang diharapkan menjadi masukan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling serta aplikasi teori bimbingan konseling dengan teknik *assertive training* untuk mereduksi perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut:

1. Perilaku konformitas teman sebaya pada kelas XI SMA Puragabaya Bandung, pada umumnya siswa hanya memiliki perilaku yang terstimulus oleh kelompok teman sebaya namun tidak mengikuti perilaku negatif. Aspek tertinggi yang mempengaruhi perilaku konformitas adalah aspek pendapat dan kecenderungan untuk berinteraksi, serta pada indikator perasaan senang (ketertarikan) siswa tentang aturan dan norma yang berlaku di dalam kelompok.
2. Perilaku asertif remaja terhadap perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan sebagian besar remaja memiliki tingkat asertif pada kategori rendah. Artinya remaja tidak mampu untuk berperilaku asertif terhadap perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan. Ditunjukkan dari pencapaian semua aspek yang dikategorikan rendah (tidak asertif) diurutkan dari yang paling rendah yaitu kemampuan untuk menyatakan keyakinan,

kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi, kemampuan untuk memahami ketakutan dan keyakinan yang irasional, dan terakhir kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan pikiran.

3. Rancangan layanan bimbingan dan konseling berbasis *assertive training* diberikan kepada remaja yang memiliki kategori perilaku konformitas tinggi dan perilaku asertif yang rendah. Tahapan pelatihan asertif yang diberikan yaitu (1) menghapus rasa takut yang berlebihan dan keyakinan yang tidak logis, (2) menerima/ mengemukakan fakta- fakta masalah yang dihadapi, (3) berlatih untuk bersikap asertif sendiri, (4) menempatkan individu dengan orang lain untuk bermain peran pada situasi yang sulit, (5) membawa perilaku asertif pada kondisi yang sebenarnya atau dalam kehidupan sehari- hari.
4. Pelaksanaan layanan bimbingan berbasis *assertive training* dilakukan dalam lima tahap yang terbagi ke dalam lima sesi. Setiap sesi memiliki tujuan untuk perubahan perilaku yang disesuaikan dengan aspek dan indikator perilaku konformitas dan perilaku asertif.
5. Layanan bimbingan berbasis *assertive training* memiliki pengaruh yang signifikan dalam mereduksi pengaruh negatif konformitas teman sebaya pada remaja. Penggunaan teknik *assertive training* efektif mereduksi perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan.

B. Rekomendasi

1. Bagi Siswa

Siswa yang memiliki perilaku konformitas yang berlebihan dan tidak dapat bersikap asertif, sebaiknya dapat mengembangkan dan mempertahankan perilaku yang sudah dipelajari (pelatihan asertif) yang dapat dibantu dan dimonitor oleh guru bimbingan dan konseling atau wali kelas.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling sebaiknya menggunakan bimbingan pribadi-sosial berbasis pelatihan keterampilan asertif (*assertive training*) untuk mencegah siswa di sekolah dari perilaku negatif konformitas teman sebaya.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat mengeluarkan kebijakan untuk menciptakan budaya damai di sekolah untuk memfasilitasi siswa mengeliminasi perilaku negatif akibat konformitas teman sebaya.

4. Bagi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Pihak jurusan Psikologi dan Bimbingan diharapkan dapat mengembangkan lebih lanjut mata kuliah praktikum bimbingan pribadi sosial yang difokuskan pada masalah-masalah pribadi-sosial yang lebih spesifik seperti meningkatkan perilaku asertif. Kompetensi konselor dalam menggunakan berbagai pendekatan konseling dan terapi merupakan kompetensi penting yang

harus dimiliki oleh konselor. Dengan demikian Jurusan Psikologi dan Bimbingan dapat mengembangkan konten kurikulum konseling menjadi beragam pendekatan dalam menangani berbagai masalah pribadi-sosial.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

a. Perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan dapat terjadi sejak usia dini, sehingga perlunya bimbingan yang harus dilakukan sedini mungkin. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan teknik pelatihan yang sama tetapi dengan populasi jenjang SD dan SMP.

b. Perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan dapat direduksi dengan membantu konseli untuk mengendalikan dirinya sendiri. Peneliti selanjutnya disarankan menghubungkan antara perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan dengan lokus kendali.

c. Penggunaan teknik *assertive training* pada penelitian hanya dilakukan pada siswa yang memiliki kategori tinggi pada perilaku konformitas, namun pada kenyataannya siswa yang kategori sedangpun memerlukan layanan bimbingan, sehingga penggunaan teknik dapat diberikan pada siswa-siswa yang berkategori sedang.