

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian tentang meningkatkan kepercayaan diri remaja melalui pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pada remaja kampung Asem, secara umum dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja dilaksanakan dengan dua siklus. Tahapan per siklus selama proses penelitian dilakukan dengan cara yang dikembangkan oleh Kemmis dan Mc. Taggart. Dalam pelaksanaannya Kemmis menggunakan sistem spiral meliputi perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Pada tahap perencanaan siklus I, peneliti mempersiapkan administrasi, bahan dan alat yang menunjang layanan bimbingan kelompok. Pada pelaksanaan tindakan siklus I, pemimpin kelompok belum mampu memenuhi tahapan-tahapan yang harus dilakukan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Oleh karena itu, penelitian dilanjutkan pada siklus II. Pada tahap perencanaan siklus II, peneliti memperbaiki kekurangan pada siklus I. Berdasarkan hasil observasi dan refleksi siklus I, pada pelaksanaan tindakan siklus II pemimpin kelompok memenuhi kekurangan-kekurangan yang ada pada siklus I dengan memenuhi tahapan yang terlewatkan pada siklus I. Berdasarkan hasil observasi dan refleksi siklus II, penelitian dihentikan karena pemimpin kelompok sudah memenuhi tahapan-tahapan yang harus dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kepercayaan diri remaja setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*. Dari hasil wawancara pada siklus I, dapat disimpulkan bahwa anggota kelompok kurang aktif dan sering diam ketika diminta untuk menyampaikan pendapat, merasa tidak percaya diri, merasa tidak memiliki

kemampuan diri, bergantung pada orang lain, tidak yakin terhadap hal yang dilakukan dan tidak dapat mengungkapkan pendapat. Pada siklus II, terdapat peningkatan kepercayaan diri remaja. Anggota kelompok mampu untuk menunjukkan keaktifan. Anggota kelompok mampu menunjukkan perubahan perilaku yang tepat untuk menghadapi permasalahan terkait dengan kepercayaan diri. Anggota kelompok memiliki rasa positif terhadap diri sendiri seperti merasa yakin dengan kemampuan yang dimiliki, berani mencoba, dan menginternalisasi tindakan dengan cara menerapkan perilaku yang ditentukan sesuai dengan harapan dalam kehidupan sehari-hari.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan sebelumnya, maka saran dari peneliti yaitu:

1. Kepada mitra penelitian atau konselor, hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk terus meningkatkan kualitas layanan.
2. Remaja yang telah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* agar dapat mempertahankan komitmen yang telah dibuat dan dapat menerapkannya secara optimal, agar kepercayaan diri remaja terus meningkat.
3. Peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai dasar penelitian lanjutan dengan memperluas variabel dan sumber data tentang penggunaan teknik *assertive training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri.