

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada bab-sebelumnya, hasil penelitian yang peneliti lakukan mengenai penerapan teknik asertif untuk konsep diri positif, peneliti membuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada kelima responden tersebut dapat disimpulkan bahwa mereka memiliki kesamaan pada salah satu indikator dari konsep diri positif. Indikator itu adalah mampu mengembangkan kesamaan diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya.

Dalam konteks keasertifan, indikator tersebut dapat diartikan bahwa kelima responden masih belum mampu dalam mengekspresikan apa yang dibutuhkan. Kelima responden tersebut masih belum mampu untuk berbicara apa adanya. Mereka lebih sering memikirkan perasaan orang lain dalam memutuskan masalah.

2. Berdasarkan hasil penerapan konseling individu yang dilakukan antara peneliti dengan 5 konseli, terkait permasalahan yang dihadapi responden penerapan teknik asertif dalam konsep diri positif, kelima responden tersebut secara garis besar secara signifikan terlihat mengalami perubahan.

Dari kelima konseli, mereka semua bisa dibilang mempunyai latar permasalahan yang sama. Permasalahan yang secara umum menggambarkan konsep diri positif di UIN SMH Banten. Permasalahan itu tertera pada indikator kelima dari konsep diri positif menurut Coulhoun dan Acocella, yaitu mampu mengembangkan diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya.

3. Faktor pendukung proses penerapan teknik asertif, di antaranya: kemampuan komunikasi, adanya kesediaan dan kemauan dari responden untuk mengikuti proses penerapan teknik asertif hingga selesai. Faktor penghambat proses penerapan teknik asertif, di antaranya: waktu yang terbatas, kurangnya

kemampuan dan pengetahuan peneliti dalam mengeksplorasi kondisi konseli.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka pada akhir ini peneliti akan menyampaikan beberapa saran terkait permasalahan yang dibahas dalam proses penerapan teknik asertif, sebagai berikut:

1. Bagi Konseli

Berdasarkan pada proses konseling yang dilakukan pada 5 konseli, peneliti memberi saran untuk lebih mengenal diri sendiri. Dengan mengenal diri sendiri kita bisa mengembangkan konsep diri positif kita ke arah yang lebih baik lagi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan atau referensi dalam penelitian selanjutnya sehingga mahasiswa Program Studi BKI dan dapat mengembangkan penelitian yang dilakukan. Diharapkan juga peneliti selanjutnya mampu melakukan teknik asertif dengan permasalahan yang berbeda.

3. Bagi Fakultas dan Universitas

Peneliti berharap kepada pihak perpustakaan universitas dan fakultas mampu menyediakan lebih banyak lagi berbagai macam bahan referensi cetak seperti buku-buku, artikel tentang BK dan bahan referensi lainnya.