

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti mengenai pengaruh teknik *assertive training* terhadap perilaku asertif pada remaja dimana yang menjadi subjeknya adalah Santriwati Pondok Pesantren Darussalam Pipitan, dapat dinyatakan bahwa penelitian dilakukan terhadap 30 Santriwati dengan menggunakan angket yang berisi pernyataan. Setelah itu disaring menjadi 7 orang untuk diberikan layanan bimbingan konseling dengan teknik *assertive training*. Hal ini ditunjukkan dengan tingkat persentase dari nilai *R Square* sebesar 0,425 yang menunjukkan bahwa pengaruh teknik *assertive training* dapat menjelaskan kurang lebih 42% dari perilaku asertif. Dari segi klasifikasi, teknik *assertive training* mencapai 33,3% menempatkannya pada kategori tinggi, sedangkan perilaku asertif mencapai 36,7% menempatkannya pada kategori tinggi.

Perilaku Asertif pada remaja di Pondok Pesantren Darussalam Pipitan masih banyak yang masuk dalam kategori rendah dan sedang dengan nilai rata-rata 134,10. Remaja yang menjadi subjek penelitian ini masih banyak yang didalam dirinya belum memiliki sikap asertif, maka dari itu peneliti memberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* guna membantu menumbuhkan perilaku asertif para Santriwati. Tetapi hanya 7 orang yang diberikan treatment layanan bimbingan kelompok yang masuk dalam kategori rendah dan sedang, setelah semua proses layanan bimbingan kelompok selesai lalu dipertemuan terakhir mereka mengisi *post-test* dengan beberapa

pernyataan dan setelah itu hasilnya dihitung, mereka meningkat dari rendah menjadi sedang bahkan ada pula yang tinggi.

Selanjutnya dalam mengambil keputusan dalam uji regresi sederhana berdasarkan nilai signifikansi sebesar  $0,031 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh teknik *assertive training* berpengaruh terhadap perilaku asertif. Kemudian berdasarkan nilai  $F_{hitung}$  sebesar  $2.978 > T_{tabel} 1,701$  sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh teknik *assertive training* berpengaruh terhadap perilaku asertif pada remaja khususnya santriwati Pondok Pesantren Darussalam Pipitan yang bersifat positif. Sehingga memperoleh hasil uji hipotesis dengan nilai  $F_{hitung}$  sebesar 2.978 lebih besar dari  $T_{tabel} 1,701$ . Kemudian terdapat nilai signifikansi sebesar 0,031 yang lebih kecil dari 0,05. Artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga terdapat pengaruh teknik *assertive training* terhadap perilaku asertif pada remaja khususnya santriwati di Pondok Pesantren Darussalam Pipitan.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil temuan, analisis dan simpulan penelitian, dari itu peneliti memberikan beberapa saran terkait dengan pengaruh teknik *assertive training* terhadap perilaku asertif. Diharapkan saran-saran ini dapat membantu dalam membentuk sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari.

### **1. Bagi Pondok Pesantren Darussalam Pipitan**

Harapannya untuk Pondok Pesantren lebih memperhatikan para santriwatinya, karena masih banyak santriwati yang belum mempunyai perilaku asertif sehingga itu bisa mempengaruhi kehidupan sehari-harinya sebagai makhluk sosial.

## 2. Bagi Konseli/Klien

Bagi konseli yang belum bisa menumbuhkan perilaku asertif pada dirinya diharap bisa menerapkan apa yang sudah dilakukan dalam layanan bimbingan kelompok dengan peneliti dan dapat mendorong Santriwati untuk meningkatkan, mengembangkan perilaku asertif pada diri masing-masing. Karena sangat penting untuk setiap individu memiliki perilaku asertif dan banyak sekali manfaatnya seperti menunjukkan rasa hormat, meningkatkan kepercayaan diri dan membantu menghadapi situasi yang merugikan.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Harapannya hasil temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi sebagai referensi yang berguna dalam pemahaman mengenai pengaruh teknik assertive training terhadap perilaku asertif pada remaja, khususnya Santriwati Pondok Pesantren Darussalam Pipitan. Informasi yang sudah dihasilkan diharapkan dapat menjadi landasan bagi penelitian-penelitian berikutnya yang terkait dengan fenomena ini.