

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan asertivitas mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* subjek. Nilai rata-rata *pretest* subjek sebesar 87,14 dan nilai rata-rata *posttest* subjek sebesar 93,86. Nilai *posttest* mengalami peningkatan sebesar 6,72. Berdasarkan analisis dengan menggunakan teknik *Wilcoxon Signed Rank Test*, diperoleh hasil bahwa ada perbedaan yang signifikan antara asertivitas subjek sebelum dan sesudah diberi psikodrama. Hasil menunjukkan bahwa nilai  $Z=-0,201$  dengan  $p=0,028$ .

Peningkatan skor asertivitas dialami oleh 6 dari 7 subjek. Subjek yang mengalami peningkatan adalah subjek O, W, C, K, A, dan E. Subjek O mengalami peningkatan skor sebesar 9, subjek W sebesar 5, subjek C sebesar 2, subjek K sebesar 16, subjek A sebesar 7, dan subjek E sebesar 8. Subjek A dan subjek E mengalami peningkatan antar kategori, yaitu dari rendah menjadi sedang. 1 subjek, yaitu subjek N memiliki skor yang tidak berubah dan berada pada kategori rendah. Subjek dengan tingkat asertivitas rendah diasumsikan selalu berada di bawah orang lain. Subjek seperti ini juga dapat dikatakan bahwa tidak mampu mengungkapkan hal-hal yang dirasakan atau dipikirkan. Subjek dengan tingkat asertivitas sedang diasumsikan sebagai individu yang tidak selalu mampu mengungkapkan hal-hal yang dirasakan dan dipikirkan. Subjek kadang kala mampu mengatakan hal-hal yang dipikirkan atau

dirasakan, namun di lain waktu subjek dengan kategori sedang tidak berani mengatakannya karena berada di bawah orang lain.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Hipotesis yang diajukan peneliti adalah psikodrama dapat meningkatkan aserivitas mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat saran bagi pihak-pihak terkait dan bagi peneliti selanjutnya, yakni:

1. Bagi subjek penelitian

Peneliti memberi saran untuk mengulang teknik-teknik yang ada dalam psikodrama. Pengulangan dapat meningkatkan asertivitas subjek.

2. Bagi peneliti selanjutnya:

- a. Hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta, melainkan hanya pada subjek. Hal ini karena peneliti tidak mencari tahu populasi mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta secara pasti. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini juga bukan sampel yang representatif untuk mewakili populasi. Berdasarkan hal tersebut, kesimpulan hasil penelitian hanya berlaku bagi subjek penelitian, tidak dapat dijadikan kesimpulan umum untuk seluruh mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan memiliki data populasi subjek, sehingga dapat memperkirakan sampel untuk mewakili populasi. Selanjutnya hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada

populasi. Ketika sampel berjumlah banyak, maka pelaksanaan psikodrama dapat dibagi menjadi beberapa kelompok, agar tidak terlalu banyak dalam sekali pelaksanaan psikodrama.

- b. Penelitian ini hanya menggunakan kelompok eksperimen. Hasil yang diperoleh tidak bisa dibandingkan karena tidak ada kelompok pembanding. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menggunakan kelompok kontrol. Hal ini dimaksudkan agar peneliti selanjutnya dapat mengetahui perubahan asertivitas dengan melakukan perbandingan dengan kelompok kontrol.
- c. Lokasi pelaksanaan psikodrama berpengaruh bagi subjek, terutama jarak. Pemilihan lokasi pelaksanaan penelitian sebaiknya lebih diperkirakan. Jarak yang jauh diperkirakan akan berpengaruh pada kelelahan subjek, sehingga subjek tidak maksimal dalam mengikuti proses. Disarankan untuk memilih lokasi yang tidak terlalu jauh dengan tempat tinggal subjek. Jika terpaksa untuk memilih lokasi yang jauh, peneliti selanjutnya disarankan untuk menyediakan fasilitas yang sesuai dan memberi jeda waktu antara kedatangan subjek dan waktu dimulainya penelitian. Hal ini dilakukan agar subjek yang telah menempuh jarak jauh dapat beristirahat sejenak dan mengurangi kelelahan pada subjek.