

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada perbedaan tingkat asertivitas pada remaja antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ( $Z = 2.522$  dengan  $p = 0.008 < 0.050$ ), kelompok eksperimen memiliki tingkat asertivitas yang lebih tinggi ( $\bar{X} = 69.2$ ) dibandingkan tingkat asertivitas pada kelompok kontrol ( $\bar{X} = 56$ ). Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan asertivitas setelah diberi pelatihan asertivitas. Pemberian pelatihan asertivitas kepada kelompok eksperimen berdampak pada peningkatan asertivitas pada setiap subjek, hal ini disebabkan karena setiap sesi kegiatan di dalam intervensi dapat membantu subjek untuk mengembangkan dan melatih kemampuannya dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung, jujur dan nyaman dengan mempertimbangkan perasaan, pikiran dan hak orang lain
2. Ada perbedaan tingkat asertivitas pada kelompok eksperimen antara sebelum mendapatkan perlakuan dan setelah mendapat perlakuan berupa pelatihan asertivitas ( $Z = 2.023$  dan  $p = 0.043 < 0.050$ ). Sebelum diberikan pelatihan asertivitas, tingkat asertivitas subjek pada kelompok eksperimen lebih rendah ( $\bar{X} = 57.6$ ), sedangkan setelah diberikan pelatihan asertivitas tingkat

asertivitas subjek meningkat (dengan *posttest*  $\bar{X} = 69.2$  dan *follow up*  $\bar{X} = 70$ ).

3. Subjek yang mampu berperilaku asertif akan mampu menegakkan hak-haknya, mengekspresikan sudut pandangnya secara langsung, jujur dan nyaman yang pada waktu yang bersamaan menunjukkan bahwa ia juga memahami hak atau posisi orang lain.

### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran yang ditujukan khususnya kepada subjek penelitian dan juga kepada peneliti selanjutnya. Saran tersebut diantaranya:

1. Kepada subjek penelitian

Kepada subjek penelitian diharapkan dapat terus menerapkan perilaku asertif seperti yang telah diajarkan dan dilatihkan dalam pelatihan sehingga subjek dapat menjadi individu yang lebih asertif.

2. Kepada peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya yang akan menggunakan skala asertivitas seperti pada penelitian ini hendaknya menyesuaikan alternatif pilihan jawaban dengan aspek yang akan diukur. Skala asertivitas pada penelitian digunakan untuk mengukur perilaku, maka alternatif jawaban yang digunakan yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), setuju (S) dan sangat setuju (SS) dianggap kurang tepat digunakan.

Selain itu peneliti selanjutnya hendaknya lebih memperhatikan proses pemberian pelatihan terutama dalam hal persiapan. Pemberian pelatihan sebaiknya dilakukan di ruangan yang kondusif dari segi penerangan, udara dan perlengkapan demi meminimalisir gangguan yang dapat menghambat proses pelatihan.

### 3. Kepada Praktisi

Modul pelatihan asertivitas dapat menjadi salah satu bentuk intervensi yang dapat diberikan kepada remaja untuk meningkatkan asertivitasnya. Namun perlu lebih diperhatikan karakteristik subjek misalnya latar pendidikan karena hal ini berpengaruh kepada tingkat pemahaman dan kelancaran subjek dalam memahami sesi-sesi pelatihan.