

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pelatihan asertivitas untuk meningkatkan kemampuan asertif pada siswa korban kekerasan dalam pacaran, serta analisis data melalui uji statistik yang dilakukan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tingkat asertivitas siswa yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran berada pada kategori sedang.
2. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pelatihan diberikan. Hal ini mengindikasikan bahwa pelatihan asertivitas berpengaruh secara nyata dalam meningkatkan kemampuan asertif peserta.
3. Uji *paired sample t-test* juga menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen. Mayoritas peserta mengalami peningkatan kemampuan asertif setelah mengikuti pelatihan, yang mencerminkan dampak positif dari intervensi yang diberikan.
4. Berdasarkan keseluruhan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa pelatihan asertivitas memberikan pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan asertif siswa korban kekerasan dalam pacaran. Pelatihan ini tidak hanya memperkuat pemahaman konsep asertivitas, tetapi juga membantu peserta dalam menerapkannya secara lebih efektif dalam kehidupan sehari-hari.

B. Saran

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam pelaksanaan penelitian ini masih terdapat berbagai keterbatasan dan kekurangan, baik dalam aspek proses pelaksanaan maupun dalam penyajian dan penjabaran hasil yang diperoleh. Meskipun demikian, seluruh proses penelitian ini telah memberikan pengalaman berharga dan menjadi pembelajaran bermakna

bagi peneliti, khususnya dalam memahami dinamika pelatihan asertivitas pada remaja yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran. Berdasarkan hasil pelaksanaan, pengamatan selama kegiatan, serta temuan yang diperoleh dari proses penelitian ini, maka peneliti merasa perlu untuk menyampaikan beberapa saran diantaranya :

1. Bagi peserta atau subjek penelitian, disarankan agar tetap melatih keterampilan asertif yang telah diperoleh selama pelatihan. Asertivitas adalah kemampuan yang membutuhkan latihan dan kesadaran diri secara konsisten. Siswa diharapkan tidak hanya memahami konsep asertivitas secara kognitif, tetapi juga mulai menerapkannya dalam konteks hubungan sehari-hari, baik dalam hubungan pertemanan, keluarga, maupun relasi romantis.
2. Bagi pihak sekolah, khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK), disarankan untuk mendukung kesinambungan pelatihan dengan menyediakan ruang aman dan terbuka bagi siswa untuk berdiskusi tentang isu relasi, tekanan sosial, dan kekerasan emosional. Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan pelatihan keterampilan sosial, komunikasi sehat, dan penguatan mental ke dalam program layanan BK secara berkelanjutan, tidak hanya sebagai kegiatan insidental.
3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan subjek dari jenjang kelas yang lebih beragam (kelas X, XI, dan XII) agar hasil penelitian lebih representatif. Peneliti juga disarankan untuk memperpanjang durasi pelatihan atau membaginya ke dalam beberapa sesi terpisah agar peserta memiliki waktu lebih luas untuk memahami materi, mendalami refleksi, dan membangun keterampilan asertif secara bertahap.