

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Ada pengaruh yang signifikan pemberian layanan konseling kelompok behavioral teknik *assertive training* terhadap *Self-Esteem* siswa, yaitu:

- a. Siswa lebih berani mengemukakan pendapatnya secara tegas kepada teman ketika merasa harga dirinya direndahkan oleh teman.
- b. Siswa mampu untuk mewujudkan jati diri, mampu memahami , mengetahui, dan menghargai kemampuannya sendiri, mampu menjalin hubungan baik dan efektif dengan teman dan orang lain
- c. Siswa mampu memenuhi lima aspek-aspek *Self-Esteem* yaitu :

1. *Sence Of Security*

Sejauh mana individu merasa aman dalam bertingkah laku karena mengetahui apa yang ia harapkan untuk dirinya sendiri.

2. *Sense Of Identity*

Kesadaran yang dimiliki individu tentang sejauh mana potensi, kemampuan dan keberartian tentang dirinya sendiri.

3. *Sence Of Belongeng*

Perasaan yang muncul karena individu merasa menjadi bagian dalam kelompoknya, merasa dirinya penting, dibutuhkan oleh orang lain, dan merasa dirinya diterima oleh kelompoknya.

4. *Sence Of Purpose*

Keyakinan individu bahwa dirinya akan berhasil mencapai tujuan yang diinginkannya dan merasa memiliki motivasi.

### 5. *Sence Of Personal Competence*

Kesadaran individu bahwa dia dapat mengatasi segala tantangan dan masalah yang dihadapi dengan kemampuan, usaha, serta caranya sendiri.

#### 5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka sebagai saran yang bisa peneliti kemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### 1. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan kepada kepala sekolah dapat mendukung seluruh layanan guru bimbingan dan konseling khususnya dalam menerapkan layanan konseling kelompok guna meningkatkan harga diri (*self-esteem*) siswa.

##### 2. Bagi guru bimbingan dan konseling

Diharapkan kepada guru bimbingan dan konseling untuk menggunakan teknik *assertive training* sebagai referensi/teknik dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok khususnya dalam upaya meningkatkan Harga Diri (*self-esteem*) siswa. Serta perlu diperhatikan secara individual siswa yang masih memiliki peningkatan Harga Diri (*self-esteem*) yang rendah. Hal ini juga dapat dilakukan dengan memberikan layanan lainya yang lebih sesuai. Misalnya, dengam memberikan layanan konseling individual.

### 3. Bagi siswa

Diharapkan siswa dapat mempertahankan kategori harga diri (*self-esteem*) yang tinggi dan terus meningkatkan perilaku di sekolah yang lebih baik serta siswa lebih serius dalam mengikuti layanan-layanan bimbingan dan konseling di sekolah yang diberika oleh guru bimbingan dan konseling.

### 4. Bagi peneliti lainnya

Diharapkan kepada peneliti lainnya penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan referensi dalam penelitian di bidang bimbingan dan konseling serta mengembangkan teknik bimbingan konseling lainnya dalam penelitian dan pelaksanaan bimbingan konseling. Kepada peneliti lainnya yang juga meneliti hal yang sama dalam Harga Diri (*self-esteem*) siswa perlu mempertimbangkan faktor individual dari masing-masing responden seperti memperhatikan perubahan setiap indikator serta keaktifan siswa dalam pelaksanaan layanan.