

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan dan analisis pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dapat meminimalisir perilaku *toxic friendship* kelas VIII di SMP Swasta Kencana Sastra Tahun Ajaran 2024/2025. Dilihat dari hasil temuan pada analisis data penelitian yakni uji wilcoxon dengan nilai $J_{hitung} = 10$ dengan $\alpha = 5\% (0,05)$ dan $n = 7$. Maka diketahui $J_{tabel} = 2$, sehingga dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $10 > 2$. Dari hasil analisis pada IBM SPSS Statistic versi 25 diketahui nilai *asympt sig. (2-tailed)* yang diperoleh adalah $0,018 < 0,05$ Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima.

Berdasarkan hasil sebelum dilakukannya layanan konseling kelompok teknik *assertive training* diperoleh nilai *pre-test* skor rata-rata yakni 215,57 dan setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *assertive training* diperoleh nilai *post-test* skor rata-rata yakni 139,86, artinya terjadi perubahan berupa penurunan perilaku *toxic friendship* siswa dengan selisih 75,71 atau sebesar 35,12%. Temuan ini mengindikasikan adanya pengaruh layanan konseling kelompok teknik *assertive training* terhadap perilaku *toxic friendship* kelas VIII di SMP Swasta Kencana Sastra Tahun Ajaran 2024/2025.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, sebagai tindak lanjut penelitian ini disarankan hal-hal berikut:

1. Bagi sekolah

Sekolah diharapkan dapat merekrut atau mengangkat guru BK yang sesuai dengan latar belakangnya, karena pendidikan sangat penting dalam menjalankan tugas, baik itu dalam sebuah instansi maupun diluar. Menjalankan sebuah tugas atau pekerjaan harus mempunyai kemampuan yang professional dan handal dalam setiap bidangnya.

2. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan kepala sekolah dapat membuat pedoman bagi guru BK untuk menerapkan layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dalam rangka mengurangi perilaku *toxic friendship* siswa.

3. Bagi guru BK/konselor

Diharapkan dapat teknik *assertive training* sebagai salah satu pendekatan utama dalam layanan konseling kelompok, khususnya dalam menangani kasus-kasus yang berkaitan dengan masalah pertemanan atau *toxic friendship*, serta dapat menyusun program lanjutan agar perubahan perilaku dapat terjadi secara merata dikalangan siswa.

4. Bagi siswa

Setelah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *assertive training*, siswa diharapkan dapat menghindari perilaku *toxic* dalam pertemanan, seperti perilaku manipulatif, saling menyalahkan, atau mengkritik berlebihan, dan lebih memilih cara yang positif dan mendukung dalam bergaul.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi perilaku *toxic friendship*, seperti kondisi lingkungan keluarga, pengaruh media sosial, atau tingkat kecerdasan emosional siswa. Peneliti selanjutnya diharapkan juga dapat mencoba dengan metode dan teknik konseling lainnya seperti *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) atau *solution-focused counseling*, dan melihat efektivitasnya dalam mengurangi perilaku *toxic friendship*.

