

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian teknik *assertive training* dalam menangani peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung rendah percaya diri dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hasil perhitungan rata-rata skor rendah percaya diri adalah 42 setelah *mean posttest* menjadi 72,9 dengan skor peningkatan 30,9. Dari hasil uji t menggunakan program SPSS versi 16, bahwa  $t$  adalah 15,108 *Confidence interval of the difference*, *lower* = 34,722 dan *upper* = 25,278 kemudian  $t_{hitung}$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$   $dk = 9$  dengan kemudian  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  ( $15,108 > 2,262$ ) dengan demikian peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri terdapat perubahan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung berhasil, meningkat dengan score 30,9.

Dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis kerja ( $H_a$ ) yang berbunyi pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training*

terhadap meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung diterima.

## **B. SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan dengan adanya perubahan peserta didik yang rendah percaya diri diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* maka adanya beberapa saran yang dapat digunakan sebagai berikut :

1. Peserta didik dapat memahami dan melaksanakan hasil selama konseling kelompok,
2. Guru bimbingan dan konseling melatih peserta didik dengan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling sesuai kurikulum
3. Kepala sekolah agar memberikan waktu jam pelajaran untuk bimbingan dan konseling.
4. Peneliti diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas.