BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* dapat meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru. Kondisi rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru dari hasil penyebaran angket *pre-test* yang diberikan kepada 36 pengurus diketahui 10 orang memiliki rasa percaya diri rendah, 13 orang memiliki rasa pecaya diri sedang, dan 10 orang memiliki rasa percaya diri tinggi.

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *asseretive training* menunjukkan mampu meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU. Dari hasil pemberian *treatment* yang sudah diberikan dapat dilihat pada hasil uji *paired sample t-test* diperoleh angka Sig. 0,000<0,05 pada kelompok eksperimen. Dengan demikian dapat diartikan bahwa H0 ditolak dan Ha diterima. Sehingga pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru.

Rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU ngantru meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan tekik *assertive training* pada kelompok eksperimen. Hal ini dapat dilihat pada hasil pemberian *pre-tes* dan *post-test* terdapat peningkatan. Rasa percaya diri yang awalnya rendah menjadi naik pada rasa percaya diri sedang dan tinggi.

B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa setelah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru pada kelompok eksperimen. Sehingga peneliti mengharap pengembangan terkait dengan pemberian layanan bimbingan

kelompok. Menanggapi hal tersebut penelti memberikan saran pada pihak terkait yakni sebagai berikut:

1. Bagi konselor

   Berhubungan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat pengaruh penerapan teknik *assertive training* untuk meningkatkan rasa percaya diri. Dengan demikian diharapkan konselor dapat menggunakan teknik *assertive training* ini untuk meningkatkan rasa percaya diri individu, sehingga dapat dijadikan sebagai acuan untuk memperbaiki perilaku individu.

2. Bagi Bimbingan dan Konseling Islam

   Diharapkan dapat menambah ilmu pnegetahuan dan mampu memberikan gambaran mengenai percaya diri, serta meningkatkan rasa percaya diri pada individu dengan menerapkan teknik *assertive training.*

3. Bagi Pengurus IPNU IPPNU

   Pengurus IPNU IPPNU diharapkan dapat berperan aktif dalam setiap kegiatan organisasi yang diadakan. Dengan demikian semakin individu berkomunikasi dengan orang banyak dengan menerapkan latihan asertif yang telah dipelajari secara tidak langsung dapat meningkatkan rasa percaya diri.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan peneliti selanjutnya mampu mengembangkan dan mengaplikasikannya sebagaimana mestinya. Selanjutnya pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat melengkapi kekurangan yang ada sehingga penlitian dapat dilakukan secara lebih maksimal.