

BAB VI

PENUTUP

Bab ini akan membahas mengenai uraian kesimpulan yang bisa diambil berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan. Pada akhir bab akan dikemukakan saran-saran dari peneliti.

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang Pelatihan Perilaku Asertif Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri yang berjumlah 24 remaja. Maka dapat diambil kesimpulan yaitu:

1. Berdasarkan hasil *pre-test*, mayoritas remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri memiliki kemampuan komunikasi interpersonal pada kategori sedang, yaitu sebanyak 9 dari 24 remaja (37,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum pelatihan, tingkat komunikasi interpersonal remaja masih berada pada tingkat menengah.
2. Berdasarkan hasil *post-test*, mayoritas remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri memiliki kemampuan komunikasi interpersonal pada kategori sedang, yaitu sebanyak 11 dari 24 remaja (45,83%). Jumlah remaja pada kategori sangat tinggi meningkat menjadi 6 remaja (25%), sedangkan tidak ada remaja yang berada pada kategori sangat rendah setelah pelatihan.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pelatihan perilaku asertif terhadap kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri. Dimana nilai Sig. (2- tailed) sebesar 0,000 < 0,05, kemudian didapatkan nilai t_{hitung} sebesar 4,091. Nilai *paired test* akan

dibandingkan dengan nilai t_{tabel} dengan taraf signifikansi 0,05. Maka diketahui $t_{hit} > t_{tabel}$ dengan nilai $4,091 > 2,064$. Dengan demikian maka hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah diuraikan di atas, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri

Remaja disarankan untuk terus mengembangkan sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam berkomunikasi dengan orang lain. Dengan menerapkan perilaku asertif, remaja dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonalnya sehingga hubungan sosial menjadi lebih harmonis dan efektif. Selain itu, remaja juga diharapkan aktif mengikuti pelatihan atau kegiatan yang dapat melatih keterampilan komunikasi agar kemampuan tersebut semakin terasah.

2. Bagi Pengelola dan Pendamping UPT PPSAA Trenggalek

Pengelola dan pendamping di UPT PPSAA disarankan untuk rutin mengadakan pelatihan perilaku asertif sebagai bagian dari program pengembangan diri remaja. Pelatihan yang dilakukan secara berkala akan membantu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal para remaja secara berkelanjutan. Selain itu, pendamping juga dapat menciptakan suasana yang mendukung dan memberikan motivasi agar remaja merasa nyaman dalam berlatih dan mengaplikasikan perilaku asertif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti yang tertarik untuk mengkaji lebih lanjut tentang pelatihan perilaku asertif dan komunikasi interpersonal dapat menggunakan penelitian ini sebagai

referensi. Beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk penelitian selanjutnya antara lain:

- a. Menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol agar hasil lebih valid dan dapat dibandingkan.
- b. Memperpanjang durasi pelatihan dan melakukan evaluasi berulang (*follow-up*) untuk melihat dampak jangka panjang pelatihan asertif.
- c. Memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi komunikasi interpersonal, seperti persepsi interpersonal, konsep diri, atraksi interpersonal, hubungan interpersonal, lingkungan fisik, lingkungan sosial.
- d. Mengembangkan metode pelatihan dengan variasi teknik yang lebih interaktif dan menarik agar peserta lebih termotivasi.
- e. Disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan durasi yang lebih panjang dan terstruktur, sehingga setiap tahapan pelatihan dapat diberikan secara terpisah dan peserta memiliki waktu yang cukup untuk menginternalisasi materi. Hal ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan akurat mengenai perkembangan kemampuan komunikasi interpersonal remaja setelah mengikuti pelatihan perilaku asertif.
- f. Disarankan agar dilakukan penelitian dengan tema yang sama namun menggunakan metode penelitian yang berbeda, seperti pendekatan kualitatif. Metode kualitatif memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai proses dan pengalaman komunikasi interpersonal remaja, serta mampu menggali faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan komunikasi tersebut secara lebih komprehensif.