

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan secara umum perilaku asertif pada siswa SMA Negeri 10 Garut sebagian besar mengalami perilaku asertif pada kategori sedang dengan artinya siswa merasakan aspek perilaku pasif dan perilaku agresif

Adapun gambaran gaya coping siswa SMK Negeri 10 Garut terbagi menjadi dua, yang pertama gaya coping adaptif siswa sebagian besar berada pada kategori sedang, maknanya siswa cukup mampu dalam menghadapi situasi sulit, tetapi terkadang merasa sulit jika dihadapkan pada masalah. Hal ini sesuai dengan hasil gaya coping maladaptif sebagian besar berada pada kategori sedang ketika menghadapi masalah sulit menemukan solusi, menganggap masalah sebagai hal yang mengancam dan cenderung mendekati pada coping maladaptif. Setelah didapatkan gambaran umum maka didapatkan hubungan positif antara gaya coping adaptif dengan perilaku asertif sebesar 0,313. Dimana kontribusi gaya coping memberikan sebesar 9,79%. Sedangkan gaya coping maladaptif berhubungan negatif sebesar -0,421 sehingga kontribusi gaya coping maladaptif sebesar 1,77% terhadap perilaku asertif.

Berdasarkan hasil temuan korelasi gaya coping dengan perilaku asertif maka peneliti melakukan rencana pelatihan keterampilan coping untuk membentuk coping adaptif pada siswa agar mampu mengatasi perilaku asertif atau sumber-sumber stress lainnya.

B. Rekomendasi

Hasil penelitian ini menemukan dua temuan yakni gambaran umum perilaku asertif dan gambaran gaya coping. Oleh karenanya hasil ini bisa dijadikan sebagai bahan acuan pembuatan program layanan untuk siswa agar pencapaian prestasi akademik lebih meningkat dan meminimalisir adanya siswa yang mengalami masalah dan kegagalan akademik. adapun yang menjadi intervensi dalam

meningkatkan perilaku asertif pada siswa, bisa menggunakan pelatihan untuk keterampilan koping siswa.

Peneliti selanjutnya bisa lebih memperbanyak sampel dan populasi serta mencoba untuk menguji keefektifan dari program pelatihan yang sudah direncanakan. Selain itu peneliti selanjutnya dapat menganalisis efektivitas dari pelatihan keterampilan koping adaptif ini untuk dijadikan bahan penelitian selanjutnya. Dan bagi guru bimbingan konseling yang ada disekolah, hasil dari rencana pelatihan keterampilan koping ini bisa dipakai untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

