

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMP N 3 Kedungreja dengan sampel 4 peserta didik, maka dapat dikatakan bahwa penggunaan konseling *gestalt* dengan teknik *empty chair* efektif untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik korban bullying. Hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan peningkatan yang signifikan terhadap sikap peserta didik ke arah yang lebih baik.

Jika dilihat dari tabel perbandingan *pretest-posttest* (Tabel 2.4) yakni terdapat peningkatan yang sangat jelas pada skor *pretest-posttest* yang semula dengan jumlah skor total 382 menjadi 541. Dilihat dari Z hitung dan Z tabel menunjukkan  $-1,826 < 1,96$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak dan berdasar dari probabilitasnya yaitu  $0,068 > 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya terdapat peningkatan yang signifikan. Jadi secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa konseling *gestalt* menggunakan teknik *empty chair* efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik korban *bullying*.

#### B. Implikasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa harga diri rendah pada peserta didik korban *bullying* dapat ditingkatkan dengan baik berkat konseling individu teknik kursi kosong. Dalam proses penelitian ada beberapa kendala yang dihadapi yaitu:

1. Berada di tengah-tengah pandemi *covid-19* sehingga penelitian tidak boleh dilakukan secara tatap muka langsung dengan peserta didik.
2. Pelaksanaan konseling dilaksanakan secara daring sehingga kurang efektif dalam memberikan *treatment*.
3. Keterbatasan waktu dalam proses konseling.
4. Koneksi internet yang kurang stabil akibat daerah peserta didik dan peneliti yang berada di pelosok desa.
5. Konseli kurang terbuka pada saat konseling sehingga mempersulit berjalannya konseling.

Meskipun terdapat beberapa kendala, akhirnya penelitian tetap dapat dilaksanakan dengan baik dan seoptimal mungkin. Mengoptimalkan layanan konseling individu dengan efektif akan berimplikasi pada hasil yang dicapai peserta didik kedepannya yaitu harga diri peserta didik korban *bullying* lebih seimbang bahkan tinggi. Implikasi lain dari penelitian ini diharapkan pihak sekolah lebih mengupayakan layanan bimbingan dan konseling agar semakin efektif dan efisien.

### **C. Saran**

Berdasarkan proses dan hasil penelitian di atas, peneliti ingin memberikan beberapa saran yang ingin penulis curahkan. Semoga dapat diterima dan bermanfaat bagi semua pihak serta dapat dikembangkan kedepannya.

#### **1. Bagi Sekolah**

Sekolah hendaknya lebih mengontrol perilaku peserta didik dengan baik agar peserta didik dapat mengoptimalkan prestasi mereka tanpa terhambat

dengan kasus-kasus seperti *bullying*. Berkolaborasi dengan semua pihak sangat penting dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi peserta didik.

2. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah sebagai pimpinan hendaknya memberikan fasilitas yang memadai untuk ruang BK sehingga pada saat pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar dan azas kerahasiaan lebih terjaga dengan baik.

3. Bagi Guru BK/ konselor

Guru BK/ konselor sekolah diharapkan menangani permasalahan peserta didik lebih dini untuk mengurangi dampak *bullying* lebih lanjut yang menimbulkan hal tidak diinginkan.

4. Bagi peserta didik

Peserta didik seharusnya lebih terbuka kepada guru BK/konselor apabila sedang mengalami hambatan atau permasalahan dalam diri, sehingga permasalahan tersebut dapat terpecahkan dan tidak mengganggu kegiatan belajar.

5. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih dalam dan detail tentang peserta didik korban *bullying* yang memiliki harga diri rendah.