

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Pelatihan “Remaja KUAT” (*Know, Understand, Activate, and Try to make a better social life*) secara signifikan dapat meningkatkan harga diri (*self-esteem*) korban *cyberbullying* pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol ( $t = -3,174$ ;  $p < 0,004$ ).
2. Terdapat perbedaan skor antara *pre-test*, *post-test*, dan *follow up* harga diri (*self-esteem*) pada kelompok intervensi dengan nilai  $f = 10,677$ ;  $p < 0,000$ .
3. Terdapat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* ketrampilan sosial pada kelompok intervensi dengan nilai  $t$  hitung =  $-7,824$ ;  $p < 0,000$ .
4. Tidak terdapat pengaruh *pre-test* terhadap *post-test* harga diri (*self-esteem*) pada kelompok kontrol, dengan nilai  $t$  hitung =  $-0,044$ ;  $p > 0,965$ .
5. Penggunaan media sosial peserta pelatihan “Remaja KUAT” di SMA Negeri 9 Yogyakarta memiliki berbagai variasi, sesuai kebutuhan masing-masing individu. Durasi penggunaan media sosial mereka juga berbeda-beda antara individu satu dengan yang lainnya. Mereka menggunakan media sosial untuk mengetahui berbagai informasi, berkomunikasi, menyelesaikan tugas-tugas sekolah, hiburan/game dan sebagainya.

6. Dalam pelatihan “Remaja KUAT” terdapat satu peserta yang mengalami penurunan skor harga diri dari *pre-test* ke *post-test*, salah satu penyebabnya adalah peserta tidak mengikuti pelatihan secara penuh, karena ijin membuat E-KTP. Tetapi siswa tersebut mengalami kenaikan skor ketika *follow up*, yaitu setelah mengaplikasikan penugasan yang diberikan oleh *trainer*. Terdapat juga satu peserta yang menunjukkan skor harga diri dari *pre-test*, *post-test* dan *follow up* yang selalu rendah, tetapi siswa tersebut mengalami peningkatan skor dari *pre-test* ke *posttest* dan juga ke *follow up*. Hal tersebut dapat disebabkan oleh keberhasilan peserta dalam mengaplikasikan materi yang telah diberikan selama pelatihan dan tidak munculnya peristiwa pencetus selama seminggu.
7. Dari hasil evaluasi pelatihan “Remaja KUAT” ini didapatkan mean tertinggi pada penyelenggaraan, yaitu mean 4,58. Selanjutnya mean materi, yaitu mean 4,53. Terakhir adalah mean *trainer*, yaitu mean 4,26.

## **B. Saran**

Berdasarkan pemaparan dari pembahasan dan kesimpulan yang telah dijelaskan oleh peneliti sebelumnya, maka saran dari peneliti sendiri yakni:

1. Kepada pihak sekolah, hendaknya memberi kesempatan yang seluas-luasnya bagi para peserta didik yang mengalami permasalahan untuk dapat mengikuti pelatihan, sehingga dapat membantu peserta didik di dalam mengentaskan permasalahan yang dihadapinya.

2. Kepada guru, sebaiknya tidak membandingkan antar peserta didik ketika mengajar di kelas. Hal tersebut dapat mengakibatkan harga diri (*self-esteem*) peserta didik menurun. Guru dapat menegur peserta didik dengan kata-kata baik tanpa membandingkan secara berlebihan dengan siswa lain.
3. Kepada guru bimbingan konseling, dihimbau untuk menindak lanjuti peserta didik yang mengikuti pelatihan “Remaja KUAT” tetapi masih mengalami kesulitan meningkatkan harga dirinya (*self-esteem*) dengan konseling individu. Serta bekerja sama dengan wali kelas dan orang tua peserta didik di dalam menangani permasalahan peserta didik.
4. Kepada orang tua, perlu melakukan pengawasan, pengarahan, pendidikan, pembimbingan, dan pemberian nasihat kepada anaknya agar di dalam menggunakan *gadget* dan media sosial secara bijak dan santun.
5. Kepada peserta didik, hendaknya di dalam penggunaan *gadget* dan media sosial dilakukan dengan bijak dan santun. Kampanyekan gerakan anti-*cyberbullying* lewat media sosial milik kita dan dalam lingkungan pertemanan kita sehari-hari.
6. Kepada peserta pelatihan, hendaknya terus berlatih hingga terbiasa untuk berpikiran dan berperasaan positif. Hal tersebut dapat dilakukan dengan menerapkan pemikiran alternatif setiap kali menghadapi peristiwa pencetus munculnya pikiran dan perasaan negatif.