

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Penelitian eksperimen yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa hipotesis penelitian ini diterima yaitu ada perbedaan tingkat penyesuaian diri antara sebelum dan setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Penyesuaian diri meningkat setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dibandingkan sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Karakteristik penyesuaian diri yang mengalami peningkatan signifikan yaitu persepsi terhadap realita, gambaran diri positif, dan hubungan interpersonal yang baik.

6.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, saran yang diberikan peneliti yaitu :

a. Bagi Siswa SMK

Siswa SMK disarankan agar dalam melakukan aktivitas sehari-hari dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonalnya agar mampu melakukan penyesuaian diri. Dengan menerapkan keterbukaan, empati, sikap positif, sikap mendukung, dan kesetaraan Siswa SMK dapat memahami diri sendiri dan menjalin hubungan yang baik dengan lingkungan sekitarnya serta dapat memperoleh informasi yang diinginkan.

b. Bagi pihak sekolah

Berdasarkan hasil penelitian, pelatihan komunikasi interpersonal yang diberikan terbukti dapat meningkatkan penyesuaian diri Siswa SMK. Oleh sebab itu pihak sekolah disarankan dapat mendorong siswa

mengembangkan kemampuannya dengan bekerja sama untuk dapat mengadakan pelatihan yang diberikan oleh tenaga ahli atau lembaga penyedia jasa pelatihan (training center) yang sesuai untuk pengembangan kemampuan Siswa.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat beberapa keterbatasan yang dapat menghambat penelitian, sehingga untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan observasi dan wawancara yang lebih detail dengan Siswa atau subjek penelitian agar lebih jelas dengan permasalahan yang dimiliki subjek. Disarankan juga jika ingin melakukan penelitian di sekolah, peneliti dapat memilih waktu ketika tidak sedang mendekati waktu UAS, *try out*, ataupun kegiatan lain yang dapat menghambat pelaksanaan penelitian.

