

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Berdasarkan karakteristik dari 20 responden remaja siswa seluruhnya berumur 11-14 tahun yaitu berjumlah 20 (100%), sedangkan karakteristik berdasarkan kelas seluruhnya responden berasal dari kelas 7 berjumlah 20 (100%), kemudian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden perempuan berjumlah 14 (70%), dan karakteristik responden berdasarkan bentuk bullying yang dialami oleh remaja sebagian adalah bullying verbal yaitu 17 (85%), serta karakteristik responden berdasarkan dampak yang dialami oleh remaja siswa sebagian besar psikologis yaitu 14 (70%) responden merasa kurang percaya diri, pemalu, cemas, dan takut.
2. Hasil penelitian menunjukkan perubahan sebelum diberikan hipnoterapi memiliki kategori kurang baik sebanyak 18 (90%) responden, kemudian setelah diberikan hipnoterapi menjadi kategori cukup baik 15 (75%) responden.
3. Terdapat pengaruh hipnoterapi terhadap remaja yang mengalami bullying hal tersebut dibuktikan dengan nilai Asymp. Sign nilai p-value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## **B. Saran**

### 1. Bagi Sekolah

Hendaknya untuk pihak sekolah lebih memperhatikan siswa yang sering melakukan tindakan yang negatif kepada siswa lainnya dan dapat mengenalkan apa itu bullying, dampak dan cara menangani korban yang mengalami bullying dilingkungan sekolah, dihendaknya guru bimbingan konseling dapat lebih melakukan penekatan kepada siswanya yang sering mengalami bullying karna dapat mengakibatkan dampak yang buruk bagi siswa dilingkungan sekolah. Sekolah bekerja sama dengan pihak puskesmas terdekat sehingga ada hubungan untuk UKS dalam mengatasi berbagai kasus yang dilakukan siswa yang membuat siswa terluka dan butuh pengobatan.

### 2. Bagi Siswa

Hendaknya siswa dapat memperdalam mengenai bullying yang terjadi di lingkungan sekolah bahwa bullying memiliki dampak negatif bagi pelaku dan juga korban. Dan siswa dapat lebih bisa untuk mengolah keadaan emosionalnya yang mudah naik turun dan lebih bisa untuk menghargai teman-teman disekolah.

### 3. Bagi Orang Tua

Hendaknya Orang tua lebih memperhatikan perkembangan anaknya karena remaja adalah masa peralihan dari anak anak menuju dewasa yang masih mencari jati diri yang sebenarnya, sehingga orang tua turut mengamati perkembangan anaknya baik tingkah lakunya, sifatnya dan karakternya, sehingga orang tua

dapat memberikan dukungan dan pembelajaran yang baik untuk di sampaikan kepada anaknya.

#### 4. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan bagi peneliti lain dapat mengeksplorasi pengembangan konsep mengenai hipnoterapi dan bullying yang lebih dalam lagi dalam melakukan pengkajian atau penelitian.

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA