

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Rumusan Masalah I

Dalam penelitian kali ini membuktikan bahwa Hipnoterapi berpengaruh dalam menurunkan tingkat Agresivitas Remaja di desa Karangren kecamatan Krejengan kabupaten Probolinggo. Hal ini dapat dilihat dari hasil hitung uji beda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang menggunakan teknik analisis uji *Mann Withney* dengan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 atau $0,000 < 0,05$ dengan artian ada perbedaan dalam pengisian kuesioner Agresivitas pada kelompok Eksperimen dan kelompok Kontrol. Dan juga hasil hitung uji beda *Pretest* dan *Posttest* pada kelompok eksperimen yang menggunakan teknik analisis uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,008 atau $0,008 < 0,05$ dengan artian bahwa ada perbedaan pada pengisian kuesioner Agresivitas oleh kelompok eksperimen pada saat *Pretest* dan *Posttest*.

2. Rumusan Masalah II

Berdasarkan hasil dari analisis uji Regresi Linier untuk melihat tingkat pengaruh dari Hipnoterapi didapatkan nilai *R Square* sebesar 0,552 atau 55,2%. Hal ini menunjukkan bahwa presentase tingkat pengaruh Hipnoterapi untuk menurunkan tingkat Agresivitas remaja di

desa Karangren kecamatan Krejengan Kabupaten Probolinggo adalah sebesar 55,2% dan 44,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

3. Rumusan Masalah III

Hipnoterapi memusatkan penyembuhan pada alam bawah sadar subjek dan menangani Perilaku Agresif yang merupakan hasil dari penumpukan emosi negatif dalam pikiran bawah sadar yang disebabkan oleh masalah eksternal maupun internal. Hipnoterapi disini mencoba untuk membesihkan emosi-emosi negatif ini dari alam bawah sadar subjek dan menggantinya dengan sugesti-sugesti positif sehingga dari sugesti positif inilah maka seorang individu dapat memperbaiki perilaku buruk yang sudah lama dilakukannya. Selain itu, kemauan dan kesungguhan dari subjek juga menjadi faktor yang paling penting dalam menurunkan agresivitas yang sudah tertanam dalam diri mereka.

B. Saran

1. Bagi Pengurus Desa

Disarankan pada para pengurus desa untuk tetap memantau perkembangan para remaja. memberikan fasilitas seperti lapangan olahraga, kolam ikan untuk belajar beternak ikan seperti yang diharapkan mereka, dan juga fasilitas-fasilitas lainnya yang mendukung minat dan bakat para remaja. sehingga potensi yang ada didalam diri remaja dapat berkembang dengan baik. Selain itu, diharapkan pada para pengurus desa untuk mengingatkan diri mereka sendiri dan masyarakat dewasa yang ada didesa untuk memberikan

contoh yang baik bagi para remaja. agar aset bangsa ini dapat tumbuh menjadi anak-anak yang berkualitas dan dapat mengharumkan nama desa ini.

2. Bagi Orang Tua

Disarankan bagi para orang tua untuk terus memberikan kasih sayang dan perhatian terhadap putra-putrinya, terlebih pada mereka yang mulai memasuki masa remaja. Terus memantau perkembangan mereka, memberikan kesempatan untuk melakukan sesuai keinginan mereka tanpa ditinggalkan begitu saja. Memberikan bimbingan, mendengarkan seluruh keluh kesahnya, dan membantu mereka untuk menemukan solusi terbaik dari setiap permasalahan yang dijumpainya.

Selain itu, orang tua juga diharapkan untuk lebih banyak memberikan bimbingan dalam aspek spiritual mereka, agar mereka terus mengingat Tuhannya dan tumbuh menjadi seseorang yang berperilaku sesuai ajaran agama dan norma yang berlaku dalam masyarakat.

3. Bagi Masyarakat Desa

Peneliti juga berharap kepada masyarakat desa untuk memberikan contoh yang baik bagi para remaja. Turut membimbing dan memantau tumbuh kembang mereka. Mendukung setiap kegiatan yang berkaitan dengan remaja. menciptakan suasana lingkungan yang baik. Sehingga mereka dapat mencontoh perilaku-perilaku baik yang ada dalam lingkungan masyarakat tersebut.

4. Bagi Remaja

Dengan dilakukannya beberapa rangkaian terapi ini, remaja diharapkan untuk terus mengembangkan perilaku terpuji dan terus berusaha untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Mengamalkan apa yang sudah didapatkan selama masa terapi, dan mengembangkan potensi yang sudah ada dalam diri mereka. Menghormati sesama, dan mengelola emosi dengan baik agar tidak timbul perilaku agresif lagi dalam diri mereka.

Selain itu, peneliti berharap agar para remaja dapat memanfaatkan waktu yang dimiliki untuk terus belajar dan memperbaiki diri menjadi lebih baik lagi, memanfaatkan fasilitas desa yang sudah ada dengan baik. Serta terus semangat untuk mencapai cita-cita yang sudah tertanam dalam diri mereka.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi para peneliti yang melakukan penelitian terkait dengan Hipnoterapi maupun Agresivitas Remaja, diharapkan untuk melakukannya lebih maksimal lagi. Dengan durasi yang lebih panjang lagi misalnya, atau menjadi pendengar yang lebih baik lagi bagi remaja-remaja yang membutuhkan tempat untuk mencurahkan segala keluh kesahnya. Memanfaatkan waktu yang ada untuk mengembangkan potensi diri para remaja yang mungkin terhalang oleh suatu hal.