

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

1. Hasil penelitian menunjukkan adanya Hubungan Antara *Self Esteem* dengan Kecenderungan *Self Injury* pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang Mengalami Putus Cinta. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis alternative ( $H_a$ ) diterima, dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, yang berarti terdapat Hubungan Antara *Self Esteem* dengan Kecenderungan *Self Injury* pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang Mengalami Putus Cinta. Arah korelasi antar variabel bersifat negatif, artinya semakin rendah *self esteem* pada mahasiswa maka semakin tinggi melakukan kecenderungan *self injury* pada mahasiswa yang mengalami putus cinta, begitupun sebaliknya, semakin tinggi *self esteem* pada mahasiswa, maka semakin rendah melakukan kecenderungan *self injury* pada mahasiswa yang mengalami putus cinta.
2. Kelemahan atau keterbatasan pada penelitian ini yaitu temuan peneliti yang kurang optimal, yaitu dalam kategorisasi masih didominasi di tahap kategori sedang, meskipun terdapat pula kategori rendah dan sangat rendah. Sehingga apabila merujuk dari latar belakang masalah masih kurang optimal. Dan juga untuk penyebaran dan pengisian terhadap *google form* peneliti tidak bisa mengontrol secara penuh bagaimana responden mengisi kuesioner yang telah peneliti sebar.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Saran Praktis

1. Bagi Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, jika sedang mengalami putus cinta agar tidak melakukan tindakan atau perilaku *self injury*, mahasiswa bisa mengalihkan emosinya

ke kegiatan yang lebih positif, seperti jalan-jalan, bermain game, bersosialisasi dengan teman-teman, dan kegiatan positif lainnya.

### **5.2.2 Saran Teoritis**

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan agar lebih optimal dalam menemukan fenomena atau temuan terkait mahasiswa yang melakukan *self injury* di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

