

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

1. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara pengasuhan terhadap *self compassion* di masa *emerging adulthood* pada mahasiswa Universitas X.
2. Variabel *self compassion* berada pada kategori sedang, dan variabel pengasuhan lebih banyak berada pada tipe pengasuhan orang tua permisif.

#### 5.2 Saran

##### 5.2.1 Saran Penelitian

1. Peneliti mengharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat memperluas faktor-faktor lainnya untuk diteliti seperti usia, jenis kamin, dan budaya.
2. Peneliti selanjutnya juga diharapkan tidak hanya melihat variabel *self compassion* pada usia muda, namun bisa kepada usia yang jauh lebih dewasa seperti pada dewasa madya dan dewasa akhir.

##### 5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi individu di masa *emerging adulthood* dapat lebih memberikan kasih sayang kepada diri sendiri, dengan menerima bahwa yang terjadi dalam sebuah perjalanan hidup merupakan sebuah proses yang wajar terjadi apabila mengalami sebuah kegagalan.
2. Bagi para orang tua atau bagi individu yang nantinya akan menjadi orang tua, penting untuk memberikan pengasuhan dengan kelembutan serta kasih sayang kepada anak agar anak dapat memberikan kelembutan serta kasih sayang kepada dirinya sendiri.