

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara Kebahagiaan dengan *Self Esteem* pada mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Bhayangkara. Hubungan tersebut bersifat positif yang artinya semakin tinggi Kebahagiaan seseorang, maka *Self Esteem* akan semakin tinggi pula. Terdapat hubungan antara *self esteem* dengan kebahagiaan pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang berarti hipotesis alternatif diterima, sedangkan hipotesis yang menyatakan bahwa tidak adanya hubungan antara *self esteem* dengan kebahagiaan pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya ditolak.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *Self Esteem* berkorelasi positif signifikan dengan kebahagiaan. Sehingga, kebahagiaan seseorang akan tinggi apabila ia memiliki harga diri yang tinggi. Namun saat mengalami toxic relationship harga diri dan kebahagiaan akan menurun yang membuat tingkat kebahagiaan yang dirasakan rendah.
2. Bagi pihak fakultas dihimbau untuk mengadakan seminar atau wawasan keilmuan kepada para mahasiswa yang berkaitan dengan Kebahagiaan dan *Self Esteem* dalam *toxic relationship* guna meminimalisir hal-hal yang tidak diinginkan yang dapat merugikan mahasiswa tersebut maupun orang lain.

5.2.2 Saran bagi Penelitian Selanjutnya

1. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dengan menambah kajian teoritis mengenai hubungan yang tidak sehat. Dapat meneliti mengenai faktor yang menjadi moderator bagi variabel *Self Esteem* dan *toxic relationship* diharapkan mampu memberikan edukasi perihal hubungan yang tidak sehat kepada subjek ataupun masyarakat luas.
2. Memperbanyak jumlah responden penelitian agar data yang didapat semakin valid dan mewakili populasi yang ada serta berhati-hati dalam memilih responden dalam pengambilan data, apakah responden yang diabil dapat mewakili masalah yang diangkat atau tidak.

