

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

- a. Mahasiswa rantau akan dihadapkan dengan berbagai perbedaan, tuntutan, dan masalah yang terjadi karena transisi. Saat merantau mahasiswa sering merasa kemampuannya kurang dibanding individu lain, merasa tidak percaya diri, serta merasa tidak disukai siapapun sehingga individu cenderung kesepian. Sesuai dengan Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) diterima : Terdapat hubungan antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Bekasi. Hasil didapatkan terdapat hubungan yang negatif yang kuat antara harga diri dengan kesepian pada mahasiswa perantau di Bekasi.
- b. Nilai korelasi dalam penelitian ini adalah negatif, dalam hal ini berarti semakin tinggi harga diri maka kesepian yang dirasakan akan rendah, begitupun sebaliknya.
- c. Kekuatan korelasi yang didapat dari penelitian ini tergolong kuat, artinya harga diri merupakan salah satu faktor yang memunculkan kesepian.
- d. Kesepian yang dirasakan mahasiswa perantau di Bekasi berada pada kategori tinggi, sedangkan harga diri mahasiswa perantau di Bekasi berada pada kategori rendah.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilaksanakan, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

### 5.2.1 Saran Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan pada mahasiswa merantau untuk meningkatkan harga diri agar terhindar dari rasa kesepian dan diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber pengetahuan untuk mahasiswa yang merantau.
- b. Diharapkan untuk individu dapat meningkatkan harga diri dengan menjadi lebih aktif dalam mengikuti aktifitas yang produktif seperti mengikuti kegiatan mahasiswa dan melakukan berbagai hobi yang diminati.
- c. Diharapkan individu dapat mengurangi kesepian dengan cara yang bisa dilakukan sendiri seperti *positive self-talk*, tidak membandingkan diri dengan orang lain, mengurangi perasaan negatif, berlatih welas asih, dan melupakan masa lalu.

### 5.2.2 Saran Teoritis

- a. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang harga diri ataupun kesepian.
- b. Disarankan untuk peneliti selanjutnya yaitu melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar karena dalam penelitian ini pengumpulan data masih terbatas dan sedikit, sehingga untuk peneliti selanjutnya agar penelitian dapat dilakukan secara besar serta merata. Adapun, peneliti selanjutnya dapat memakai subjek dan lokasi yang berbeda. Dan, peneliti selanjutnya disarankan dapat meneliti secara kualitatif agar fenomena harga diri dengan kesepian ini dapat tergali lebih dalam lagi.