

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil korelasi diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0.237 dengan taraf signifikansi sebesar  $p = 0.027$  ( $p < 0.05$ ) yang berarti terdapat korelasi yang positif antara kontrol diri dengan gaya hidup hedonis sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak.
2. Dilihat dari hasil analisis dan skor skala masing-masing subjek menunjukkan bahwa kontrol diri terdiri dari satu kategori yaitu, dari 75 subjek terdapat 75 orang (100%) yang memiliki kontrol diri pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh subjek dalam penelitian ini memiliki kontrol diri yang rendah.
3. Dilihat dari analisis skor skala masing-masing subjek menunjukkan bahwa gaya hidup hedonis terbagi menjadi dua kategori yaitu, dari 75 subjek terdapat 50 orang (66,7%) yang memiliki gaya hidup hedonis pada kategori sedang dan 25 orang (33,3%) dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki gaya hidup hedonis yang cenderung sedang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut:

1. Bagi subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi subjek agar dapat meningkatkan kontrol dirinya serta agar dapat mengurangi perilaku gaya hidup hedonis.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor budaya, nilai demografik, kelas sosial, kelompok rujukan, keluarga, motivasi, dan emosi.