

BAB V

KESIMPULAN DAN PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *self-criticism* dengan kecenderungan depresi pada remaja awal. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-criticism* yang dimiliki oleh remaja awal , maka semakin tinggi tingkat kecenderungan depresi pada remaja awal. Sebaliknya, semakin rendah *self-criticism* yang dimiliki oleh remaja, maka semakin rendah pula tingkat kecenderungan depresi yang di miliki oleh remaja awal, Kesimpulan tersebut di dapkan dari hasil uji korelasi $r_{xy}=0,475$ $p =0,000(< 0,05)$.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran, yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Self criticism berhubungan dengan kecenderungan depresi sehingga diharapkan remaja untuk tidak mengkritik diri sendiri. Responden yang teridentifikasi berada pada kategori kecenderungan depresi berat sebanyak 4 subjek dan disarankan untuk mencari bantuan professional Kesehatan mental agar kecenderungan depresi tertangani .

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang berminat untuk penelitian sejenis atau mengembangkan penelitian, sebaiknya peneliti selanjutnya dapat meneliti factor – factor lain seperti *overgeneralization* ,*Selective abstraction* ,*Assumsing exsessive responsibility* ,*Temporal Temporal* ,*Making self reference* ,*Castratrophizing Thinking dichotomously* karena dalam

penelitian ini *self-criticism* hanya memengaruhi kecenderungan depresi sebesar 22,6%, sedangkan sisanya 77,2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya.