

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif antara preferensi musik dengan *self esteem* pada mahasiswa Yogyakarta. Semakin tinggi preferensi musik, maka *self esteem* pada mahasiswa Yogyakarta cenderung semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah preferensi musik, maka *self esteem* pada mahasiswa Yogyakarta akan semakin rendah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan, maka dapat disimpulkan hipotesis dari penelitian ini bahwa adanya hubungan yang positif antara preferensi musik dengan *self esteem* pada mahasiswa Yogyakarta diterima.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Yogyakarta memiliki tingkat preferensi musik dan *self esteem* yang sedang. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa variabel preferensi musik memiliki sumbangan efektif sebesar 3,2% terhadap variabel *self esteem* pada mahasiswa Yogyakarta, dan sisanya 96,8% disebabkan oleh faktor lainnya.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang disampaikan peneliti maka dapat diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa diharapkan untuk semakin meningkatkan dan mempertahankan kualitas *self esteem* yang baik, yang dapat dimulai dari penerimaan akan kelebihan dan kekurangan diri, belajar dari kegagalan, fokus pengembangan diri, tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain, cenderung bahagia, dan belajar dari setiap pengalaman. Mahasiswa juga diharapkan dapat memilih preferensi musik yang sesuai dengan selera masing-masing dan dapat menggunakan musik tersebut untuk memperoleh manfaat bagi kesehatan, termasuk saat sedang merasakan sakit, mengelola emosi, menemukan motivasi, dan tentunya hal tersebut mengarah pada kualitas *self esteem*.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini mendapatkan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,032 yang menyatakan bahwa hubungan variabel preferensi musik dengan *self esteem* hanya sebesar 3,2% sedangkan sisanya 96,8% disebabkan oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukannya penelitian lanjutan untuk melihat faktor yang mempunyai pengaruh lebih besar pada tingkatan *self esteem*, terutama bagi kaum mahasiswa.

Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk memastikan apakah responden benar-benar memberikan jawaban secara konsisten, yang mana hal tersebut dapat dilakukan dengan bertemu secara langsung dengan responden ataupun dapat melakukan wawancara melalui offline atau online yang akan memungkinkan adanya interaksi secara langsung kepada responden dan dapat menanyakan beberapa hal terkait kedua variabel yang berhubungan sesuai dengan pengalaman dari responden itu sendiri. Berdasarkan pengalaman tersebut, peneliti nantinya dapat melihat secara langsung seberapa besar pengaruh yang diberikan oleh preferensi musik terhadap tingkat *self esteem* pada responden. Penting juga bagi peneliti untuk kembali menggali sumber-sumber referensi terkait variabel preferensi musik untuk dijadikan sebagai dasar terbentuknya penelitian lanjutan.