

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dan penerimaan diri pada remaja perempuan korban pelecehan seksual. Semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula tingkat penerimaan dirinya. Berdasarkan hasil kategorisasi data, diketahui bahwa *self-compassion* pada remaja perempuan korban pelecehan seksual berada dalam kategori sedang dan penerimaan diri pada remaja perempuan korban pelecehan seksual dalam kategori dengan rendah.

B Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan yang bermanfaat bagi penelitian – penelitian selanjutnya. Adapun saran-saran tersebut adalah sebagai berikut :

1 Bagi Subjek Penelitian (Remaja Perempuan Korban Pelecehan Seksual)

Diharapkan remaja perempuan yang mengalami pelecehan seksual dapat mulai mengembangkan sikap *self-compassion* sebagai bentuk kepedulian terhadap diri sendiri. Sikap ini dapat membantu mengurangi rasa bersalah, menumbuhkan pemahaman bahwa penderitaan merupakan bagian dari kehidupan manusia, dan pada akhirnya meningkatkan penerimaan diri.

2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan, terutama karena hanya mengkaji dua variabel utama. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi penerimaan diri pada korban pelecehan seksual.