

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan antara *goal orientation* dan *self-compassion* dengan *academic self-handicapping* pada mahasiswa etnis Toraja di Kota Salatiga. Sumbangan efektif yang diberikan variabel *goal orientation* dan *self-compassion* terhadap variabel *academic self-handicapping* adalah sebesar 21,6%, yang berarti bahwa *goal orientation* dan *self-compassion* berpengaruh terhadap *academic self-handicapping* pada mahasiswa etnis Toraja di Kota Salatiga, dengan demikian hipotesis diterima.
2. Tidak ada perbedaan *academic self-handicapping* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan etnis Toraja di Kota Salatiga, dengan demikian hipotesis ditolak.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan serta kesimpulan di atas maka, dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. **Bagi Mahasiswa**

- a. Bagi mahasiswa diharapkan dapat menetapkan orientasi tujuan yang baik dalam menjalani kehidupan perkuliahan, fokus pada tugas dan tidak takut terhadap kegagalan, sehingga dengan demikian diharapkan mahasiswa dapat terhindar dari *academic self-handicapping*.
- b. Mahasiswa diharapkan dapat mempertahankan sikap positif terhadap diri sendiri dengan tidak menghakimi kegagalan yang dialami, kekurangan dan ketidaksempurnaan diri sehingga mahasiswa tetap mampu menghadapi setiap persoalan yang dialami dalam proses menyelesaikan proses perkuliahan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji fenomena *Academic Self Handicapping*, dianjurkan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang memberikan pengaruh terhadap berkembangnya *Academic Self Handicapping*. Hal ini bertujuan agar semakin memperkaya khasanah keilmuan mengenai *Academic Self Handicapping* dan harapannya dapat ditemukan pola intervensi ideal untuk mengurangi permasalahan tersebut.