

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Terdapat hubungan positif signifikan antara dukungan orang tua dengan *self-compassion* pada remaja yang pernah mengalami *cyberbullying*. Semakin tinggi dukungan orang tua maka semakin tinggi *self-compassion* remaja, begitu pula sebaliknya. Adapun dukungan orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 58,4%.

6.2. Saran

1. Bagi Subjek

Subjek dengan *self-compassion* yang rendah dapat lebih mengembangkan sikap positif terhadap dirinya sendiri dengan cara meningkatkan penghargaan diri melalui sikap baik terhadap diri sendiri (*self-kindness*), menerima diri dan sadar bahwa kesulitan merupakan bagian dari kehidupan manusia (*common humanity*), serta menghadapi kenyataan tanpa menghakimi diri sendiri (*mindfulness*).

2. Bagi Orang Tua

Orang tua yang telah memberikan dukungan yang baik agar dipertahankan. Selanjutnya, bagi orang tua yang kurang dalam memberikan dukungan maka perlu meningkatkan dukungan emosional dengan membeirkan empati dan kasih sayang, dukungan penghargaan dengan memberikan ungkapan positif yang dapat meningkatkan kepercayaan diri anak, dukungan instrumental, serta dukungan informatif dengan memberikan saran serta arahan ketika anak membutuhkan solusi permasalahan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menganalisis lebih mendalam dengan memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *self-compassion* yaitu faktor usia, jenis kelamin, dan budaya.

