

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa BKI angkatan 2019 dan 2020 memiliki *self-compassion* yang tinggi dengan presentase sebesar 65,42%. Hal ini dapat menggambarkan bahwa mahasiswa cukup sanggup untuk bersikap hangat terhadap diri sendiri, memiliki pandangan bahwa setiap orang akan mengalami persoalan dalam hidup, kesulitan, atau penderitaan, mampu mengucapkan kata-kata yang positif pada diri sendiri dan berusaha menghibur diri ketika menghadapi kesulitan dengan tidak menyangkal penderitaan tersebut, serta mewajari ketidaksempurnaan adalah bagian dari menjadi manusia.

Adapun gambaran tingkat *altruistic behavior* pada mahasiswa BKI angkatan 2019 dan 2020 berada pada kategori tinggi dengan presentase 78,56%. Hal ini dapat menggambarkan bahwa mahasiswa memiliki keinginan yang kuat untuk meringankan beban orang yang dan dapat dengan mudah tersentuh oleh penderitaan orang lain. memiliki keyakinan kuat terhadap keadilan dunia dan termotivasi untuk menunjukkan perilaku menolong. Mahasiswa memiliki lebih banyak sikap mengalah dan mengutamakan kepentingan orang lain, serta sikap yang berusaha mengoptimalkan hasil akhir yang terbaik dan meminimalkan hal yang buruk. Selain itu, mahasiswa memiliki rasa tanggung jawab dan rela berkorban untuk menolong siapapun, meskipun ia belum mengenalnya. Memiliki kepuasan tersendiri ketika memberikan kebermanfaatan bagi orang lain.

Hasil uji hipotesis menggunakan uji korelasi *product moment pearson* menunjukkan dengan hasil koefisien korelasi 0,068. Hipotesis (H_1) ditolak dikarenakan hasil koefisiensi korelasi lebih besar dari 0,05 ($0,068 > 0,05$). Nilai koefisien korelasi sebesar 0,068 termasuk kedalam

kategori sangat rendah (tidak ada hubungan) Artinya, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dengan *altruistic behavior* pada mahasiswa BKI angkatan 2019 dan 2020 IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas, maka peneliti memiliki beberapa saran, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki tingkat *self-compassion* sedang dan tingkat *altruistic behavior* yang tinggi , Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan agar dapat mempertahankan dan meningkatkan *self-compassion* dan *altruistic behavior* melalui terapi kognitif atau workshop, sehingga mahasiswa memiliki kualitas dalam menjadi perannya sebagai mahasiswa BKI dan calon konselor.

2. Bagi Jurusan Bimbingan Konseling IAIN Syekh Nurjati Cirebon

Jurusan dapat menjadikan permasalahan dalam penelitian ini sebagai referensi untuk membuat program-program yang dapat menunjang mahasiswa meningkatkan *self-compassion* dan *altruistic behavior*, sehingga mahasiswa dapat lebih kompeten sebagai ilmuwan BKI, dapat lebih peduli pada orang lain tanpa mengabaikan dirinya sendiri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan kontribusi dari factor-faktor yang mempengaruhi *self-compassion* dan *altruistic behavior* dan mempertimbangkan penggunaan variabel yang sama dengan penelitian ini dengan variabel yang lain, sehingga akan mendapat perbandingan lain terhadap mahasiswa BKI yang lebih komprehensif.