

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Mengacu pada hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

- a. Gambaran kemampuan *self compassion* pada mahasiswa rantau tahun pertama FK UPNVJ mayoritas berada di kategori sedang dengan jumlah responden sebanyak 38 responden (66,7%), kemudian kategori tinggi yaitu 11 responden (19,3%) dan rendah sebanyak 8 responden (14%).
- b. Mahasiswa rantau tahun pertama FK UPNVJ memiliki tingkat kemampuan *sense of belonging* mayoritas berada di kategori sedang yaitu sebanyak 41 responden (71,9%), dilanjutkan pada kategori tinggi sebanyak 7 responden (12,3%), dan kategori rendah sebanyak 9 responden (15,8%).
- c. Gambaran tingkat kejadian *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama FK UPNVJ mayoritas berada di kategori sedang dengan jumlah responden sebanyak 32 responden (56,1%), diikuti oleh kategori tinggi yaitu sebanyak 12 responden (21,1%) dan kategori rendah sebanyak 13 responden (22,8%).
- d. Terdapat hubungan antara *self compassion* dan *sense of belonging* dengan *homesickness* pada mahasiswa rantau tahun pertama FK UPNVJ berdasarkan hasil analisis bivariat yang telah dilakukan.
- e. Pada hasil analisis multivariat, dapat disimpulkan bahwa *self compassion* dan *sense of belonging* memiliki hubungan yang signifikan terhadap tingkat kejadian *homesickness*. Individu dengan tingkat *self compassion* dan *sense of belonging* yang rendah, cenderung memiliki peluang lebih tinggi untuk mengalami *homesickness* baik pada kategori sedang maupun tinggi.

V.1 Saran

1. Bagi responden

Responden mahasiswa rantau diharapkan mampu mengembangkan sikap *self compassion* atau welas asih diri dan memperkuat kemampuan *sense of belonging* melalui kegiatan yang dapat menumbuhkan sikap penerimaan diri, dukungan sosial, serta keterlibatan aktif dalam lingkungan baru.

2. Bagi institusi

Institusi diharapkan untuk lebih memperhatikan kejadian *homesickness* pada mahasiswa yang merantau serta diharapkan untuk menyediakan program pendampingan, konseling sehingga dapat mengatasi semua kendala yang dialami mahasiswa, serta kegiatan sosial yang dapat meningkatkan rasa kebersamaan dan keterikatan di dalam lingkungan kampus.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Peneliti selanjutnya dianjurkan agar penelitian berikutnya untuk mempertimbangkan penambahan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *homesickness*, seperti dukungan sosial, adaptasi budaya, atau kecerdasan emosional agar dapat memperoleh pemahaman lebih mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian *homesickness*.