

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Bab ini memuat kesimpulan dari yang telah dijelaskan pada BAB IV dan rekomendasi kepada pengguna penelitian dan peneliti selanjutnya.

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri tidak memoderasi pengaruh perfeksionisme terhadap kecenderungan *somatic symptom disorders* pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. Hal ini diketahui dari hasil uji subhipotesis satu yang menunjukkan adanya pengaruh perfeksionisme terhadap kecenderungan *somatic symptom disorders* sebesar 15,8%. Namun hasil uji regresi pengaruh regulasi diri terhadap *somatic symptom disorders* tidak dapat diterima terlihat dari nilai signifikansi  $>0,05$ . Syarat diterimanya hipotesis utama adalah ketika kedua persamaan yaitu subhipotesis I dan subhipotesis II diterima.. Selain itu, peneliti melakukan uji demografis pada variabel perfeksionisme, *somatic symptom disorders*, dan regulasi diri, berdasarkan fakultas, IPK, jenis kelamin, maupun usia, namun tidak terdapat perbedaan yang signifikan.

#### **B. Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat beberapa rekomendasi yang dapat disampaikan oleh peneliti.

1. Bagi Mahasiswa, untuk mencegah ataupun mengurangi kecenderungan *somatic symptom disorders*, diharapkan dapat menyesuaikan tujuan yang ingin dicapai secara realistis dan mengevaluasi diri secara bijak, sehingga mahasiswa dapat terhindar dari tekanan berupa stress yang merupakan faktor pemicu terjadinya *somatic symptom disorder*.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian tentang perfeksionisme dan *somatic symptom disorder* diharapkan dapat meneliti variabel lainnya yang dapat memoderasi pengaruh perfeksionisme terhadap *somatic symptom disorders* secara signifikan.