



Hak cipta dan penggunaan kembali:

Lisensi ini mengizinkan setiap orang untuk menggubah, memperbaiki, dan membuat ciptaan turunan bukan untuk kepentingan komersial, selama anda mencantumkan nama penulis dan melisensikan ciptaan turunan dengan syarat yang serupa dengan ciptaan asli.

Copyright and reuse:

This license lets you remix, tweak, and build upon work non-commercially, as long as you credit the origin creator and license it on your new creations under the identical terms.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti menarik beberapa simpulan sebagai berikut

1. Proses pembentukan konsep diri bipolar diperoleh dari pengalaman-pengalaman berinteraksi para penderita bipolar dengan lingkungan disekitarnya. *Social Judgement* dan *social comparison* adalah peran yang paling besar dalam membentuk konsep diri penderita bipolar. Penderita bipolar yang bisa menerima kenyataan dirinya dan diterima dengan baik ketika berinteraksi dengan lingkungannya, dia akan memaknai diri dan pengalamannya sebagai hal yang positif, otomatis konsep diri yang terbentuk juga akan positif. Tetapi sebaliknya, penderita bipolar yang tidak diterima oleh lingkungan dan mendapatkan perlakuan yang negatif dari orang lain ketika berinteraksi, tidak bisa menerima kenyataan dirinya dan memaknai dirinya negatif, maka konsep diri yang terbentuk juga akan negatif. Budaya juga memberikan pengaruh terhadap pembentukan konsep diri penderita bipolar. ketika mereka berada dalam budaya yang minoritas maka mereka akan merasa tidak diterima oleh lingkungan sekitarnya
2. Ketiga informan memiliki konsep diri yang negatif dan konsep diri yang positif sekaligus. Hal ini dilihat dari mood mereka yang berbeda dan akan ikut mempengaruhi konsep diri mereka. ketika mereka merasa *manic* atau

merasakan rasa riang yang berlebihan maka konsep diri yang terbentuk pada dirinya bersifat positif yaitu bersikap percaya diri, mempunyai motivasi untuk sembuh, bisa menerima dirinya sebagai penderita bipolar. sebaliknya ketika mereka dalam keadaan *down* atau depresi, maka konsep diri yang terbentuk dalam diri mereka akan bersifat negatif seperti yang ditunjukkan yaitu merasa tidak berguna, tidak percaya diri, tidak bisa menerima pujian, dan bersifat tertutup. Dari ketiga informan tersebut mereka masing-masing berada dalam kategori pada matriks *johari window*. Dimana mereka berada dalam *open self* ketika mereka berhadapan dengan keluarga dan sahabat. Sedangkan *hidden self* ketika mereka berhadapan dengan orang lain. mereka melakukan hal itu karena takut diejek dan tidak diterima oleh lingkungan sekitarnya.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis

Disarankan bagi penelitian selanjutnya dengan topik yang serupa agar mampu melakukan penelitian melalui metode lain seperti studi kasus dengan narasumber yang berbeda juga

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini, saran praktis yang dapat dianjurkan adalah bagi orang-orang yang berada dalam lingkungan orang yang menderita bipolar agar lebih bisa menghargai dalam memperlakukan orang bipolar. Sedangkan untuk subjek penelitian

diharapkan dapat mempertahankan konsep diri positif yang sudah terbangun

