

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah melalui pemaparan data dan hasil analisis data maka dapat disimpulkan bahwa Dinamika psikologis *Self-Injury* pada remaja putus cinta di Kota Kediri meliputi tiga aspek, kognitif, afektif dan konatif. Pada proses aspek kognitif tidak mampu berfikir lebih baik ketika mengalami putus cinta, tidak sadar, tidak bisa mengontrol pikirannya pada saat terjadi perilaku *Self-Injury*. Pada aspek afektif perasaan yang hampir sama juga muncul, sehingga tidak mampu mengontrol emosi, rasa marah, kecewa, stress, kecemasan serta rasa frustrasi atas konflik putus cinta yang mereka hadapi. Pada aspek konatif masuk dalam kategori Superficial selfi-mutilation, dengan bentuk memukuli diri sendiri, menyuluti atau membakar kulit, membenturkan sebagian tubuhnya ke tembok, dan menyayat sebagian tubuhnya.

B. Saran

Untuk mencegah terjadinya perilaku *Self-Injury* pada remaja yang mengalami putus cinta, akan lebih baik jika mengetahui strategi yang tepat untuk mengatasi konflik putus cinta. Diperlukan kontrol diri yang baik agar terhindar dari perilaku *Self-Injury*, dikarenakan lebih banyak mudharatnya ketimbang hal yang baik dari perbuatan *Self-Injury* tersebut.