

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Dari pembahasan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri pada indigo dewasa awal terjadi dengan melalui dimensi denial, anger, bargaining, depression, dan acception serta aspek-aspek penerimaan diri. Tak hanya itu, dalam proses penerimaan diri, ada faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain, usia, pendidikan, keadaan fisik, dan dukungan sosial.

Pada tiap proses penerimaan diri tersebut menunjukkan hasil yang berbeda-beda. Namun, kedua subjek sama-sama memiliki penerimaan diri yang baik. Hal ini sesuai dengan paparan subjek. Awal mula subjek merasa susah untuk menerima keadaan yang menimpa dirinya. Melalui proses yang panjang, subjek berusaha untuk mengabaikan omongan-omongan negatif diluar sana mengenai diri mereka. Mereka bertekad untuk melanjutkan hidupnya dengan segala kekurangan dan kelebihan yang mereka miliki untuk menjadi individu yang lebih baik, mengejar cita-cita, dan menjadi pribadi yang bermanfaat bagi orang lain dengan kemampuan indigo yang mereka miliki.

## **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang sebelumnya telah diuraikan diatas, maka dapat dikemukakan saran untuk kedua subjek agar lebih membangun kepercayaan diri dan mencoba untuk lebih terbuka dengan orang lain. Hal ini untuk membangun relasi sosial yang baik dengan orang sekitar. Hal tersebut bisa dimulai dari lingkup keluarga, kerabat, dan lingkungan kerja.