

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan untuk menjawab hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan yaitu terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *body image* dengan *self esteem*. Dari hasil kategorisasi diketahui bahwa *self esteem* memiliki kategorisasi yang tinggi dan *body image* memiliki kategorisasi yang sedang. Dalam uji korelasi menunjukkan nilai korelasi menunjukkan hubungan signifikansi kearah yang positif antara *body image* dengan *self esteem*.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

##### **5.2.1 Saran Praktis**

Bagi Mahasiswi disarankan untuk lebih menghargai tubuh yang dimiliki dan menggali potensi dalam diri. Sehingga para mahasiswi dapat menilai dirinya secara lebih positif.

##### **5.2.2 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperbanyak referensi dan literatur terkait dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan *body image* dan *self esteem*. Penulis juga menyarankan untuk memperhitungkan waktu pengambilan data. Hal tersebut penting untuk dilakukan agar nantinya ketika melakukan pengambilan data, peneliti dapat memperoleh jumlah subjek penelitian yang lebih banyak, tidak terhalang oleh kegiatan perkuliahan, dan juga diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan pendekatan terlebih dahulu kepada subjek penelitian agar nantinya subjek dapat lebih merasa nyaman ketika proses pengambilan data berlangsung