

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan, diperoleh bahwa hipotesis berbunyi “Terdapat hubungan antara *social comparison* dengan *body image* pada Mahasiswi Psikologi di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya” diterima hubungan antara kedua variable dalam penelitian ini berbentuk positif, sehingga hipotesis alternative (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *social comparison* yang dilakukan mahasiswa psikologi maka semakin tinggi juga *body image* mahasiswa psikologi begitu pula jika semakin rendah *social comparison* maka semakin rendah pula *body image* mahasiswi psikologi tentang tubuh ideal.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan beberapa saran yang telah mengusulkan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yang di harapkan dapat berguna bagi penelitian selanjutnya yang serupa. Saran ini juga diharapkan dapat berguna bagi mahasiswi khususnya mahasiswi psikologi dalam hubungannya dengan *social comparison* dan *body image*.

5.2.1 Saran praktis

1. Bagi mahasiswi psikologi agar lebih dapat menerima apa adanya dirinya.
2. Bagi mahasiswi Psikologi agar tidak melakukan *social comparison* dengan individu lain yang dapat menimbulkan rasa kurang akan tubuhnya.
3. Yakinkan di balik kekurangan yang ada pada diri individu terdapat pula kelebihan di dalam dirinya.

5.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran bagi peneliti lain yang ingin melakukan peneliti yang serupa adalah:

1. Untuk peneliti selanjutnya, agar lebih teliti dalam membuat aitem-aitem yang akan digunakan untuk menggali data.
2. Melakukan penelitian dengan menambah variabel-variabel lain yang diasumsikan dapat memperbaiki *body image* dan *social comparison*.
3. Memilih teori yang tetap digunakan pada tempat penelitian yang akan dilakukan.

