

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil uji korelasi terdapat hubungan antara *self-concept* dengan citra tubuh pada mahasiswi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Kampus II: Bekasi.
2. Hubungan *self-concept* dan citra tubuh memiliki hubungan positif, hal itu artinya seseorang yang memiliki *self-concept* yang positif maka akan cenderung memiliki citra tubuh yang positif. Sebaliknya, seseorang yang memiliki *self-concept* negatif maka akan cenderung memiliki citra tubuh yang negatif pula.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Praktis

1. Bagi Mahasiswi

Bagi mahasiswi disarankan lebih menggali kelebihan dan potensi yang dimiliki melalui kegiatan pelatihan yang terkait pengembangan diri, mengikuti seminar motivasi dan kegiatan lain yang mendukung untuk menggali potensinya.

2. Bagi Universitas

Pihak universitas dapat memfasilitasi mahasiswi dengan mengadakan pelatihan seperti seminar motivasi untuk pengembangan diri mahasiswi. Selain itu, Universitas dapat memberikan pengajaran di dalam kelas yang berkaitan dengan pembentukan *self-concept* dan citra tubuh, sehingga dengan hal tersebut dapat membentuk *self-concept* dan citra tubuh yang positif bagi mahasiswi.

5.2.2 Saran Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk dikembangkan dengan melihat faktor lain yang dapat mempengaruhi citra tubuh dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut:
 - a) Dalam melakukan *survey* awal mengambil sampel yang dapat mewakili keseluruhan populasi.
 - b) Mempertimbangkan kriteria subjek penelitian dalam penyebaran data.
2. Penelitian ini diharapkan menjadi informasi dan referensi tambahan dalam bidang ilmu psikologi khususnya di bidang psikologi sosial.

