

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan dijelaskan mengenai kesimpulan dan saran yang dapat dihasilkan dari penelitian ini.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis, maka diperoleh kesimpulan yaitu. Pada hasil uji hipotesis penelitian ini terdapat pengaruh antara konsep diri dengan citra tubuh pada dewasa awal di kota Bekasi.

Berdasarkan hasil uji regresi terdapat nilai positif sehingga dapat diartikan bahwa konsep diri berpengaruh positif terhadap citra tubuh atau dikatakan bahwa semakin tinggi konsep diri maka citra tubuh akan semakin tinggi. Hal itu artinya jika seseorang memiliki konsep diri yang positif maka akan cenderung memiliki citra tubuh yang positif. Sebaliknya, jika seseorang memiliki konsep diri negatif maka akan cenderung memiliki citra tubuh yang negatif.

Berdasarkan hasil kategorisasi menunjukkan bahwa kedua variabel masuk dalam kategorisasi sedang. Dapat disimpulkan bahwa subyek dalam kategorisasi sedang artinya dimensi konsep diri positif belum terpenuhi oleh subyek. Begitupun sebaliknya dimensi citra tubuh positif belum terpenuhi oleh subyek.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Saran teoritis dalam penelitian ini yaitu, penelitian ini masih terbatas di wilayah Bekasi, pada penelitian selanjutnya bisa dilakukan pada wilayah yang lain. Selain itu responden penelitian tidak hanya perempuan yang berjerawat saja, bisa saja responden yang lain. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan variabel lain seperti kepercayaan diri, harga diri, yang disebabkan oleh ketidakpuasan atas citra tubuh yang dimiliki, hal ini diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat memberikan hasil dan pembahasan yang lebih baik.

5.2.2 Saran Praktis

Saran praktis penelitian ini yaitu, untuk mengetahui bahwa ketika seseorang memiliki konsep diri yang positif akan dapat meningkatkan citra tubuh pada diri seseorang, untuk itu berbagai cara dilakukan dalam meningkatkan konsep diri, maka dapat dilakukan dengan cara menggali kelebihan dan potensi yang dimiliki seperti mengeksplorasi diri pada kegiatan yang disukai. Dapat juga kegiatan yang berhubungan dengan pengembangan diri yang menjadi minat setiap responden sehingga meningkatkan konsep diri yang positif.

