

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berikut ini adalah penjelasan mengenai beberapa kesimpulan :

1. Hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak yang artinya adanya Hubungan *Body Dissatisfaction* dengan *Social comparison*
2. Adanya hubungan positif yang signifikan *Body Dissatisfaction* dengan *Social comparison* dengan nilai koefisien yang cukup kuat. Kategori kedua variabel dalam penelitian ini yaitu *Body Dissatisfaction* dengan *Social comparison* termasuk dalam kategori tinggi.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Subjek Penelitian

Saran yang diberikan oleh para peneliti khususnya Perempuan adalah agar lebih menghargai diri sendiri, menghargai setiap bagian dari diri sendiri, menghilangkan rasa tidak aman dalam diri sendiri, tidak menjadi beban bagi diri sendiri, dan dengan demikian mengurangi rasa tidak aman dan tidak percaya diri. Ini tentang kemampuan menghindari kekhawatiran. Jika peduli dengan keadaan tubuh dan mencoba mengubah keadaan dengan cara apa pun, akan menyakiti diri sendiri dan menyesalinya di kemudian hari.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin memperdalam penelitiannya dengan topik yang sama dapat mengembangkan lebih lanjut penelitian ini dengan menambahkan aspek dan variabel lain yang belum diteliti. Persiapan survei harus lebih hati-hati, terutama dalam menentukan jumlah dan waktu responden,

mendistribusikan data survei kepada masing-masing responden, dan memastikan bahwa responden menyelesaikan survei sesuai dengan standar survei yang diinginkan.

