

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dapat diterima. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan Instagram dan objektifikasi diri pada wanita dewasa awal. Semakin tinggi intensitas penggunaan Instagram maka akan semakin tinggi juga kecenderungan objektifikasi diri pada wanita dewasa awal dan sebaliknya.

6.2 Saran

1. Bagi Individu Awal Dewasa

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas intensitas penggunaan Instagram dan objektifikasi diri subjek berada pada kategori sedang, maka bagi subjek dan individu awal dewasa lainnya disarankan untuk dapat menerima, memelihara, mencintai tubuh dan diri sendiri. Selain itu, individu disarankan untuk mengontrol penggunaan Instagram, salah satu caranya adalah dengan memanfaatkan waktu dengan kegiatan yang positif dan selektif dalam memilih konten yang akan dilihat. Individu disarankan untuk lebih mengakses konten inspiratif maupun edukatif dibandingkan dengan konten yang mengandung pesan objektifikasi. Hal ini dapat mencegah peningkatan objektifikasi diri khususnya pada wanita dewasa awal.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk dapat menggali lebih dalam objektifikasi diri dalam budaya Indonesia, karena objektifikasi diri mungkin terjadi pada pria maupun wanita. Selain itu, disarankan untuk dapat mengeksplorasi media sosial lainnya, serta memperhitungkan variabel mediator lain yang mampu mempengaruhi hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan objektifikasi diri, seperti yang dilakukan oleh Feltman & Szymanski (2018) yaitu peran internalisasi, perbandingan diri, komentar tentang penampilan, dan variabel moderator yaitu nilai feminisme yang berperan sebagai pelindung (*protective role*) dari objektifikasi diri.

