

## **BAB 6**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti pada mahasiswi yang tinggal di Asrama Mahasiswi St. Teresa Avila Universitas Katolik Soegijapranata, peneliti mendapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara harga diri dengan citra tubuh pada mahasiswi. Mahasiswi dengan harga diri yang tinggi, akan memiliki citra tubuh yang tinggi juga, dan sebaliknya. Harga diri memberikan sumbangan efektif terhadap citra tubuh pada mahasiswi adalah sebesar 23,9 %.

#### **6.2 Saran**

Dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

##### **6.2.1 Bagi Mahasiswi**

Mahasiswi diharapkan dapat meningkatkan harga diri sehingga mampu mengatasi permasalahan dan memiliki penyesuaian yang baik pada dirinya. Mahasiswi dapat meningkatkan *self-competence* yaitu dengan mengembangkan potensi atau talenta yang dimiliki dan meningkatkan *self-liking* seperti menghargai diri sendiri, menerima setiap kekurangan yang dimiliki termasuk kekurangan pada penampilan fisik atau menerima tubuhnya yang alami.

##### **6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, terdapat keterbatasan dalam penelitian ini. Oleh sebab itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan pendekatan terlebih dahulu terhadap subjek penelitian. Hal

tersebut supaya menarik minat dari subjek penelitian dalam mengisi skala penelitian.

