

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti dan pembahasan yang dilakukan sedemikian rupa, kesimpulan dari penelitian ini yaitu:

- a. Secara keseluruhan faktor-faktor yang dominan muncul pada hasil penelitian yaitu , pengaruh berat badan dan persepsi gemuk/kurus, siklus hidup dan masa kehamilan
- b. Adapun faktor-faktor yang lemah dalam mempengaruhi citra tubuh yaitu, hubungan interpersonal dan media masa

6.2. Saran

6.2.1. Saran Untuk Subjek

- a. Cara mengatasi perubahan yang terjadi pada tubuh wanita yang sudah menikah dan memiliki anak agar tetap ideal adalah dengan berolahraga dan mengurangi porsi makanan yang tidak berlebihan
- b. Individu dapat mempertahankan tubuh tetap ideal

6.2.2. Saran untuk Peneliti Selanjutnya

- a. Saran untuk peneliti selanjutnya berkaitan dengan mencari dan memastikan subjek dapat menjunjung keterbukaan saat memberikan informasi supaya hasil yang diperoleh dapat maksimal
- b. Peneliti dapat lebih mendalami teori yang sudah tercakup pada saat memberikan wawancara kepada subjek