

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dijelaskan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction*. Sehingga semakin tinggi *social comparison* yang dilakukan maka semakin tinggi pula *body dissatisfaction*, begitu juga sebaliknya. Dari penelitian ini, kontribusi yang diberikan pada variabel *social comparison* terhadap *body dissatisfaction* yaitu sebesar 55%, selebihnya dipengaruhi oleh faktor lain.

#### 6.2 Saran

##### 6.2.1. Bagi Peneliti selanjutnya

1. Untuk peneliti yang ingin melakukan penelitian yang serupa, diharapkan agar mampu mengembangkan penelitian salah satunya dengan melihat berbagai faktor lain selain *social comparison* seperti budaya dan status sosial yang beragam
2. Peneliti juga dapat melakukan penelitian pada ketidakpuasan tubuh yang dialami oleh laki-laki, karena perasaan tidak puas dengan bentuk dan penampilan tubuh bisa dirasakan oleh siapa saja dan kapan saja

##### 6.2.2. Bagi Para Wanita

1. Bagi para wanita disarankan untuk belajar tidak membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain.

2. Selain itu, diharapkan para wanita mampu memanfaatkan waktu yang ada untuk melakukan kegiatan yang positif supaya tidak terfokus oleh bentuk dan penampilan saja
3. Diharapkan para wanita mampu untuk lebih mencintai dan menerima bentuk dan penampilannya saat ini.

