

## BAB 6

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Terdapat hubungan korelasional yang positif dan sangat signifikan antara *gratitude* dengan *body image* pada remaja akhir putri. Sumbangan efektif *gratitude* terhadap *body image* pada remaja akhir adalah sebesar 11%.

#### 6.2 Saran

##### 6.2.1 Bagi Remaja Akhir Putri

Bagi remaja akhir putri diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan *gratitude* sehingga akan terbentuk *body image* yang positif pada diri. Selain itu, remaja akhir putri diharapkan dapat menghargai dan mampu menerima diri tanpa melakukan perubahan yang berlebihan. Hal tersebut untuk menghindari hal-hal yang berbahaya yang dapat menyakiti diri demi memiliki penampilan yang menarik.

##### 6.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat mempertimbangkan faktor lain yang berhubungan dengan *body image* seperti, *self-esteem*, sosiokultural, dan lain-lain. Selanjutnya, diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan pertimbangan pemilihan tempat atau wilayah yang memiliki permasalahan terkait dengan *body image* agar hasil penelitian lebih objektif.