

BAB 6

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *self esteem* dengan *body image* pada mahasiswi pengguna *Instagram*. Semakin tinggi *self esteem* yang dimiliki mahasiswi maka semakin positif *body image* pada mahasiswi pengguna *Instagram*, begitu juga sebaliknya. Maka dari itu, hipotesis yang peneliti ajukan diterima dengan sumbangan efektif sebesar 20,6%.

6.2. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan positif dan sangat signifikan antara *self esteem* dengan *body image* pada mahasiswi pengguna *Instagram*. *Self esteem* merupakan pemahaman terhadap kemampuan diri dan keberhargaan atas dirinya yang dapat memicu pembentukan *body image* individu tersebut. Untuk mengatasi *self esteem*, individu dapat meningkatkan kemampuan diri, dan kualitas diri agar nantinya individu dapat mengembangkan *body image* yang positif dan tidak terpengaruh juga dengan paparan *body goals* yang ada di *Instagram*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Apabila ingin melakukan penelitian serupa bisa menggunakan variabel lain yang turut mempengaruhi *body image* yang mungkin masih jarang untuk diteliti.

- b. Apabila ingin menggunakan skala yang digunakan pada penelitian ini perlu diketahui bahwa koefisien validitas pada variabel tergantung memiliki nilai yang kecil yaitu 0,146 – 0,483. Sehingga bisa dijadikan bahan pertimbangan lebih dalam.
- c. Bagi peneliti yang akan mengambil data baik dengan kuesioner yang kemudian dibagikan kepada subjek maupun dengan *Google Form*, diharapkan dapat menjelaskan penggunaan *Instagram* menjadi lebih detail (seperti *browsing, liking, posting*).

