

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Menurut hasil analisis data yang telah dilakukan dalam pada penelitian ini, didapatkan kesimpulan akhir bahwa ditemukan korelasi positif yang kuat antara variabel *body dissatisfaction* dan *social comparison* pada perempuan pengguna Instagram di Kota Bandung. Dengan hasil yang diperoleh dari uji normalitas menunjukkan hasil nilai p 0.305 dalam variabel *Body Dissatisfaction* dan 0.111 dalam variabel *Social Comparison*. Pada uji linearitas menunjukkan nilai $p < 0,05$ dengan nilai $<0,001$. Pada uji hipotesis menunjukkan nilai $r=0,841$ dengan $p <0,001$ ($p<0,05$). Pada uji Chi-Square menemukan nilai $p <0.001$. Sebagai hasilnya, dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel *body dissatisfaction* dan *social comparison* pada perempuan pengguna instagram di Kota Bandung. Artinya, ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) pada perempuan lebih besar jika ada perbandingan sosial (*social comparison*) pada perempuan. Sebaliknya jika ketidakpuasan tubuh (*body dissatisfaction*) pada perempuan lebih rendah, maka perbandingan sosial (*social comparison*) pada perempuan pun lebih rendah. Oleh karena itu, hipotesis ini diterima.

5.2 Saran

5.1.1 Bagi subjek penelitian

Terdapat kesamaan pemikiran terhadap ketidakpuasan tubuh dan perbandingan sosial pada perempuan pengguna Instagram di Bandung. Saran pada ketidakpuasan tubuh dan perbandingan sosial ini dapat diatasi dengan hal-hal tertentu bukan hanya mencintai diri sendiri tetapi juga dengan memperoleh pemahaman dan penerimaan tentang kondisi tubuhnya. Sebagaimana disampaikan oleh Cash & Pruzinsky (2002) *body dissatisfaction* terdiri dari pikiran dan perasaan negatif terhadap tubuh, oleh karena itu disarankan untuk menghindari segala komentar negative mengenai tubuh, atau hal-hal yang dapat membuat

merasa buruk atau persepsi negatif tentang diri sendiri. Tidak meng-*compare* diri dengan orang lain dan tidak membuat standar tubuh ideal yang dapat berdampak buruk seperti memandang diri selalu kurang. Mengingat bahwa setiap perempuan dianugerahi keindahan sendiri saat lahir serta semakin baik jika menghargai yang mana sudah mereka miliki, perbandingan seharusnya menjadi motivasi untuk meningkatkan dan menjadi lebih baik dengan memiliki pola pikir positif, menjaga sikap optimis, dan menerima kekurangan yang dimiliki

5.1.2 Bagi Lembaga

Temuan penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan positif antara ketidakpuasan tubuh dan perbandingan sosial pada perempuan di Bandung, dengan 40.8%, atau 71 dari 174 responden, adalah mahasiswi. Oleh karena itu, saran untuk fakultas dan jajarannya adalah untuk lebih memfokuskan perhatian mereka pada tingkat ketidakpuasan tubuh dan perbandingan sosial pada mahasiswi dengan menawarkan program yang dapat meningkatkan rasa puas tubuh mahasiswi, sehingga perbandingan sosial di kalangan mahasiswi menurun.

5.1.3 Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil olah data ditemukan bahwa ada keterkaitan yang positif antara *body dissatisfaction* dan *social comparison* pada Perempuan di Bandung. Sehingga saran bagi peneliti selanjutnya untuk memberikan tambahan informasi dalam hal demografi yang berbeda sehingga datanya lebih kaya dan komprehensif.