

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari rumusan masalah, hipotesis dan hasil penelitian yang telah disajikan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- a. Dari hasil pengujian hipotesis penelitian terdapat pengaruh signifikan antara variabel perbandingan sosial (variabel x) secara simultan terhadap variabel *body dissatisfaction* (variabel y). Artinya, semakin tinggi tingkat perbandingan sosial yang dilakukan oleh mahasiswi jurusan bimbingan konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten angkatan 2020 maka semakin besar pula pengalaman *body dissatisfaction* yang dirasakan oleh mahasiswi jurusan bimbingan konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten angkatan 2020. Hal ini dibuktikan dengan nilai pada hasil uji F dalam metode regresi linear sederhana dengan jumlah nilai $F_{hitung} 707.889 > F_{tabel} 4.00$, jumlah F_{tabel} didapat dari titik presentase distribusi F untuk probabilitas df pembilang (N1) = 1 dan df penyebut (N2) = 60. Dan pada nilai sig. $<0,001$, maka hipotesis H_a yang menyatakan terdapat pengaruh signifikan perbandingan sosial (variabel x) terhadap *body dissatisfaction* (variabel y).
- b. Dari nilai korelasi determinasi penelitian pengaruh perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction* dapat diketahui bahwa jumlah nilai korelasi (R) 0.969 dan nilai koefisien determinasi (R square) 0.938. ini menunjukkan bahwa pengaruh variabel bebas pengalaman perbandingan sosial terhadap variabel *body dissatisfaction* sebagai

variabel terikat sebesar 93,8% yang termasuk kedalam kategori tinggi.

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat saya berikan dalam penelitian ini, sebagai berikut :

5.2.1 Saran Teoritis

Saran teoritis penelitian diperoleh dari celah yang terdapat dalam proses maupun hasil penelitian. Saran ini ditujukan untuk peneliti selanjutnya agar dapat menutupi ketidaksempurnaan dalam penelitian ini, adapun saran teoritis untuk penelitian sebagai berikut:

- a. Penelitian selanjutnya disarankan bisa memperluas variabel lain yang berpengaruh signifikan terhadap variabel *body dissatisfaction* seperti *perfeksionisme*, pengaruh media sosial, dll.
- b. Penelitian selanjutnya disarankan untuk dapat memperluas korelasi signifikan yang berkaitan dengan variabel perbandingan sosial, seperti *self-esteem*, perasaan inferior, perundungan, dll.
- c. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan responden seperti berdasarkan jenis kelamin, berdasarkan usia, jenjang pendidikan, dll.
- d. Penelitian selanjutnya disarankan bisa untuk menggunakan teoritis dan instrumen dari ahli lain untuk meninjau keterkaitan pengaruh perbandingan sosial terhadap *body dissatisfaction*.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, maka saran praktis yang dapat saya ajukan sebagai berikut :

- a. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbandingan sosial memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *body dissatisfaction* pada mahasiswi, maka dari itu universitas atau lembaga pendidikan perlu mengadakan seminar, pengayaan maupun penyuluhan kepada mahasiswi tentang edukasi *positif image*.
- b. Penelitian selanjutnya disarankan untuk dapat menemukan *treatment* yang tepat yang dapat dilakukan untuk menindaklanjuti fenomena *body dissatisfaction*.