

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan data yang didapatkan dan telah diolah terhadap mahasiswi fakultas psikologi universitas “X” di Kota Bandung, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

- Mahasiswi fakultas psikologi universitas “X” di kota Bandung lebih banyak memiliki *body image* positif.
- Mahasiswi fakultas psikologi universitas “X” di kota Bandung memiliki berat badan yang masih tergolong normal berdasarkan standar *body mass indeks/* indeks masa tubuh.
- Faktor *cultural socialization* tidak memiliki kecenderungan keterkaitan untuk membentuk *body image* mahasiswi fakultas psikologi universitas “X” di kota Bandung.
- Faktor *interpersonal experience, physical characteristic* dan *personality attributes* memiliki kecenderungan keterkaitan untuk membentuk *body image* mahasiswi fakultas psikologi universitas “X” di kota Bandung.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk dapat meneliti lebih lanjut mengenai hubungan *body image* dengan karakteristik lain yang dimiliki mahasiswi fakultas psikologi universitas “X” di Kota Bandung.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti memberikan saran yaitu :

- Memberikan informasi bagi mahasiswi mengenai konsep *body image* untuk kelangsungan hidup yang lebih baik di masa mendatang.
- Memberikan saran kepada responden yang memiliki *body image* negatif, serta memberikan informasi mengenai konsep *body image*.
- Responden yang memiliki *body image* positif dapat berbagi pandangan atau pengalaman yang telah dilewati mengenai kepuasan dalam diri terhadap *body image* yang dimiliki, sehingga responden yang memiliki *body image* negatif dapat terinspirasi mengenai kondisi tubuh yang dimilikinya saat ini.
- Diharapkan responden yang memiliki *body image* positif mempertahankan kondisi tubuh, pemikiran, dan usaha yang telah dilakukan. Untuk responden yang memiliki *body image* negatif, diharapkan dapat meningkatkan keterbukaan pemikiran, melakukan usaha yang seimbang untuk dapat menerima dan merasa puas terhadap kondisi tubuh dirinya sendiri.