

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai Pengaruh Ketidakpuasan Tubuh Dengan Penerimaan Diri Pada Perempuan Usia Dewasa Awal (18-25 Tahun) Di Organisasi GMNI Kota Kediri, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Perempuan dengan usia dewasa awal (18-25 tahun) di Organisasi GMNI Kota Kediri memiliki tingkat ketidakpuasan tubuh yang tinggi dengan persentase sebesar 58%. Dengan aspek penilaian negatif terhadap bentuk tubuh individu menjadi persentase tertinggi yaitu sebesar 46% di ikuti aspek *body checking* sebesar 28% dan pada aspek perasaan malu terhadap bentuk tubuh ketika berada dilingkungan sosial memiliki persentase sebesar 12% pada aspek kamuflase tubuh sebesar 8% pada aspek penghindaran aktivitas sosial dan kontak fisik dengan orang lain sebesar 6%.
2. Perempuan dengan usia dewasa awal (18-25 tahun) di Organisasi GMNI Kota Kediri memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah dengan persentase sebesar 58%. Persentase terbesar terdapat pada aspek kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan dan reaksi kepada orang lain sebesar 47% dan pada aspek penerimaan diri terhadap orang lain dengan persentase 28% dan yang

terakhir yaitu 25% pada aspek kesehatan psikologis yang berkaitan erat dengan kualitas perasaan individu terhadap dirinya sendiri.

3. Terdapat pengaruh yang negatif antara ketidakpuasan tubuh dengan penerimaan diri. Dimana pada variabel ketidakpuasan tubuh mengalami peningkatan sedangkan pada variabel penerimaan diri mengalami penurunan yang artinya kedua variabel tidak searah. Variabel ketidakpuasan tubuh memberi pengaruh sebesar 41,5% terhadap variabel penerimaan diri.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Saran untuk subjek

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel ketidakpuasan tubuh memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel penerimaan diri pada perempuan usia dewasa awal (18-25 tahun) di Organisasi GMNI Kota Kediri. Oleh karena itu, peneliti menyarankan agar subjek dapat meningkatkan rasa penerimaan diri pada perempuan dengan usia dewasa awal agar rasa ketidakpuasan tubuh ini berkurang.

2. Saran untuk penelitian selanjutnya

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan ketidakpuasan tubuh sebagai variabel independen. Untuk peneliti selanjutnya peneliti menyarankan untuk menganalisis pengaruh variabel lain yang mungkin berpengaruh terhadap penerimaan diri.