

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah penelitian pengaruh *self objectification* dan *body shaming* terhadap konsep diri perempuan di gym lucky fit club kota Kediri dilakukan dan diolah sedemikian rupa terciptalah beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Setelah dilakukan penelitian dan olah hasil terdapat bahwa adanya pengaruh antara *self objectification* terhadap konsep diri perempuan di gym lucky fit club kota kediri dengan presentase sebesar 21,4%.
2. Setelah dilakukan penelitian dan olah hasil terdapat bahwa adanya pengaruh antara *body shaming* terhadap konsep diri perempuan di gym lucky fit club kota kediri dengan presentase sebesar 10,5%.
3. Setelah dilakukan penelitian dan olah hasil terdapat bahwa adanya pengaruh antara *self objectification* dan *body shaming* terhadap konsep diri perempuan di gym fit club kota kediri dengan presentase sebesar 34,5%.

B. Saran

Setelah penelitian dilakukan peneliti mempunyai saran kepada beberapa pihak diantaranya:

1. Untuk subjek penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah perempuan yang aktif gym di gym lucky fit club, hasil dari peneltian ini adalah adanya pengaruh antara *body shaming* dan *self objectification* terhadap konsep diri, peneliti

menyarankan agar para perempuan untuk tetap semangat dan positif thinking terhadap semua masalah yang menimpanya termasuk olok an yang sering di terima, dan terus berusaha untuk berdamai dengan keadaan agar tidak menimbulkan konsep diri yang buruk.

2. Untuk klub gym lucky fit

Dengan adanya penelitian ini disarankan untuk tempat gym dapat memberikan positif vibes terhadap semua perempuan yang berada dalam naungannya agar terus semangat dan percaya bahwa semua perempuan cantik dengan cara mereka masing-masing, dan percaya diri dengan apa yang sudah mereka miliki sekarang.

3. Untuk peneliti selanjutnya

Saran untuk penelitian selanjutnya agar melebarkan populasi mungkin tidak hanya perempuan tetapi bisa juga dicoba di jenis kelamin lainnya/laki-laki, dan mencari faktor-faktor lain yang lebih besar pengaruhnya dalam konsep diri seseorang.