

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil perhitungan, penerimaan diri pada perempuan *emerging adulthood* di Desa Palabuan mayoritas berada dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 133 orang atau 44% dari 304 perempuan, dengan tingkat ketercapaian sebesar 67,28%. Hal ini menunjukkan jika perempuan *emerging adulthood* di Desa Palabuan memiliki penerimaan diri yang baik, artinya individu memandang sederajat individu lainnya, memiliki kepercayaan diri pada kemampuan, sudah mampu bertanggung jawab, cenderung berorientasi keluar diri, dan berpegang teguh pada pendirian atau prinsip.
2. Berdasarkan hasil perhitungan, *body dissatisfaction* pada perempuan *emerging adulthood* di Desa Palabuan mayoritas berada dalam kategori sedang yaitu sebanyak 123 orang atau 40% dari 304 perempuan, dengan tingkat ketercapaian sebesar 56,61%. Hal ini menunjukkan jika perempuan *emerging adulthood* di Desa Palabuan cukup mengalami *body dissatisfaction*, artinya individu masih memandang negatif bentuk tubuhnya meskipun tidak intens, terkadang masih membandingkan pandangan mengenai citra tubuhnya dengan individu lain, masih melakukan perubahan pada citra tubuhnya tapi tidak intens, dan terkadang masih melakukan modifikasi yang ekstrem mengenai persepsi pada bentuk tubuh.
3. Secara statistik hasil penelitian pada perempuan *emerging adulthood* di Desa Palabuan, yaitu adanya hubungan antara penerimaan diri dengan *body dissatisfaction* ditandai oleh besaran signifikan $0,000 < 0,05$. Kemudian untuk hasil pengujian koefisien besaran $r_{hitung} 0,547 > r_{tabel} 0,113$ artinya koefisien korelasi signifikan, dan untuk tingkat hubungan

berada dalam kategori sedang, serta untuk arah hubungan yaitu bernilai negatif (-) besarnya -0,547 artinya arah hubungan berlawanan, semakin tinggi nilai penerimaan diri maka semakin rendah nilai *body dissatisfaction*, begitupun sebaliknya semakin rendah nilai penerimaan diri maka semakin tinggi nilai *body dissatisfaction*.

B. Saran

1. Bagi perempuan

Disarankan untuk perempuan *emerging adulthood* dapat meningkatkan penerimaan diri dengan memahami diri sendiri, yaitu menyadari kelebihan dan kekurangan dalam diri, serta menumbuhkan pandangan yang positif terhadap bentuk tubuh tanpa harus mengikuti standar kecantikan di masyarakat. Memiliki penerimaan diri yang positif dapat meminimalisir kecenderungan *body dissatisfaction*, karena dengan penerimaan diri akan muncul kepuasan pada diri sendiri.

2. Bagi lingkungan sosial

Disarankan untuk lingkungan sosial agar dapat memberikan dukungan sosial yang positif kepada kalangan perempuan dalam menciptakan penerimaan diri yang positif. Hal tersebut karena orang tua, tokoh masyarakat, maupun lingkungan sekitar memiliki peranan penting dalam membentuk cara pandang perempuan pada bentuk tubuhnya. Oleh karena itu, penting sekali agar bisa menciptakan lingkungan yang nyaman dengan tidak menekankan penampilan fisik pada standar tertentu, dan menghindari komentar-komentar negatif pada penampilan, supaya perempuan tumbuh dengan penerimaan diri yang baik.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya supaya dapat mengembangkan penelitian yang lebih meluas, dan subjek penelitian yang lebih relevan dengan topik yang diambil. Dengan begitu peneliti dapat memberikan manfaat lebih untuk para pembaca.