

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian, maka diperoleh kesimpulan mengenai, “Hubungan *Body Shaming* Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo Ungaran” sebagai berikut :

1. Mahasiswa sebagian besar mempunyai angka *body shaming* tinggi sebanyak 67 mahasiswa (69,8%).
2. Mahasiswa sebagian besar mengalami harga diri rendah yaitu sebanyak 53 mahasiswa (55,2%).
3. Berdasarkan uji analisis didapatkan hasil *P-value*  $0,000 < \alpha=0,05$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *body shaming* dengan harga diri pada mahasiswa di Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian tersebut maka saran yang dapat penulis berikan adalah :

1. Bagi mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan harga diri saat menyikapi *body shaming* dengan cara berpikir positif, menyadari kelebihan dan kemampuan yang dimiliki, serta dapat menjalankan hubungan interpersonal dengan baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut oleh peneliti selanjutnya dengan melakukan penelitian menggunakan variabel lain seperti hubungan faktor interpersonal yang mempengaruhi *body shaming*. Teknik pengambilan data dapat menggunakan wawancara selain dengan kuesioner sehingga data yang didapat lebih akurat.

### 3. Bagi Institusi pendidikan

Diharapkan dari hasil penelitian ini pihak institusi akan lebih memberi perhatian dengan menyediakan ruang konseling untuk menampung keluhan dari mahasiswa terutama masalah psikososial seperti harga diri rendah akibat *body shaming* sehingga bisa teratasi.