

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri (*self-esteem*) dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat harga diri (*self-esteem*) yang dimiliki oleh remaja maka tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akan cenderung semakin rendah dan sebaliknya, semakin rendah tingkat harga diri (*self-esteem*) yang dimiliki oleh remaja maka tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja akan cenderung semakin tinggi.

Berdasarkan hasil analisis skor kategorisasi dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* mayoritas subjek berada pada kategori sedang. Sedangkan pada skor kategorisasi tingkat harga diri (*self-esteem*), mayoritas subjek berada pada tingkat sangat tinggi. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada laki-laki dan perempuan. Jika dilihat dari rata-ratanya, subjek remaja perempuan memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan subjek remaja laki-laki. Pada subjek remaja perempuan, tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* berada pada kategori sedang, sedangkan subjek remaja laki-laki berada pada kategori rendah.

## B. Saran

Usai menjalankan penelitian dan pembahasan, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

### 1. Bagi Subjek Penelitian

Dalam menjalani kehidupan sehari-hari para remaja diharapkan bisa lebih bijaksana agar tidak semata-mata memusatkan perhatiannya terhadap penampilan fisik saja dan dapat berpikir rasional. Pahamiilah bahwa setiap manusia memiliki keunikan masing-masing dan hargai kelebihan serta kekurangan yang ada. Hal ini dilakukan agar para remaja dapat memiliki harga diri (*self-esteem*) yang tinggi dan bisa menjalankan tugas perkembangannya dengan baik serta dapat memiliki kesehatan mental yang lebih baik sehingga dapat terhindar dari kecenderungan *body dysmorphic disorder*.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* disarankan untuk melakukan kajian teori mendalam lagi dalam meneliti faktor-faktor lain mengingat masih terdapat 45% faktor lain yang mempengaruhi kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada remaja seperti, citra tubuh, konsep diri, penerimaan diri, kepercayaan diri, dan lain-lain. Selain itu penelitian ini masih terdapat kelemahan yaitu batasan kecenderungan *body dysmorphic disorder*

yang belum terbentuk dengan jelas, sehingga bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan kajian teori lebih mendalam lagi dalam menentukan batasan kecenderungan yang dimaksud.