

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada penggemar idol K-Pop. Hal tersebut memiliki makna jika semakin tinggi *social comparison* maka, semakin tinggi pula *body dissatisfaction* individu. Sebaliknya, semakin rendah *social comparison* maka, semakin rendah pula *body dissatisfaction* pada individu. *Social comparison* memiliki kontribusi yang cukup besar terhadap *body dissatisfaction* yaitu sebesar 70,9%.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Subjek Penelitian

Saran bagi subjek yang mengalami *body dissatisfaction* dapat mencari dukungan dari lingkungan sosial yang sehat, seperti teman atau keluarga, yang dapat memberikan perspektif yang lebih positif mengenai tubuh mereka. Bagi subjek yang memiliki tingkat *social comparison* yang tinggi untuk mencoba membatasi konsumsi media yang berpotensi memicu *social comparison* secara negatif, terutama yang berfokus pada estetika tubuh yang tidak realistis, dan lebih berfokus pada konten yang lebih positif di media sosial.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian dengan menggali faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *body dissatisfaction*, serta dapat memperluas populasi penelitian dengan melibatkan populasi yang lebih luas atau membandingkan kelompok penggemar *K-Pop* dengan penggemar budaya populer lainnya untuk melihat perbedaan tingkat *social comparison* dan *body dissatisfaction* yang mungkin ada.

Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan metode lain pada penelitian seperti metode kualitatif agar mendapatkan hasil yang lebih detail. Disarankan juga dapat lebih menarik perhatian responden dalam pengisian skala, agar dapat meningkatkan minat dan kesungguhan responden dalam mengisi skala penelitian yang disebar. Beberapa cara yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan reward secara acak kepada responden yang sudah mengisi skala penelitian.