

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara citra tubuh dengan kecenderungan *anorexia nervosa* pada wanita dewasa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat citra tubuh maka semakin rendah kecenderungan *anorexia nervosa* pada wanita dewasa. Sebaliknya, semakin rendah tingkat citra tubuh maka semakin tinggi kecenderungan *anorexia nervosa* pada wanita dewasa. Hubungan antara kedua variabel ini dibuktikan dengan adanya koefisien korelasi (r_{xy}) = - 0.176 dengan $p = 0.027$ ($p < 0.05$). Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (R Squared) sebesar 0,031 yang berarti bahwa variabel citra tubuh dapat mempengaruhi variabel kecenderungan *anorexia nervosa* sebesar 3,1% dan 96,9% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak terlibat pada penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan saran terhadap subjek dalam penelitian ini dan peneliti selanjutnya, adapun saran yang diberikan yaitu :

1. Saran Subjek

Pada penelitian ini, diharapkan wanita dewasa lebih bijak dalam memahami dan mempersepsikan terkait citra tubuh dengan merasa puas

terhadap penampilan fisik yang dimilikinya. Hal tersebut, dapat menghindari terjadinya kecenderungan *anorexia nervosa*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecenderungan *anorexia nervosa*. Hal ini, adanya sumbangan efektif citra tubuh terhadap kecenderungan *anorexia nervosa* sebesar 3,1% dan 96,9% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak terlibat pada penelitian ini, sehingga di penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengungkapkan faktor-faktor lain yang belum dibahas di dalam penelitian ini. Pada skala kecenderungan *anorexia nervosa* sebaiknya dipertimbangkan lagi dalam menyusun aitem sehingga dapat mengungkapkan aspek *food preoccupation* dari kecenderungan *anorexia nervosa*. Sedangkan pada skala citra tubuh sebaiknya dipertimbangkan kembali untuk menambah aitem pada aspek orientasi penampilan yang dapat meminimalisir aitem yang gugur. Selain itu, diharapkan dapat memilih populasi subjek yang lebih luas.