

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada *Sales Promotion Girl* (SPG) di Yogyakarta. Artinya, semakin tinggi harga diri yang dimiliki, maka semakin rendah kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada *Sales Promotion Girl* (SPG) di Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah harga diri, maka semakin tinggi kecenderungan gangguan dismorfik tubuh pada *Sales Promotion Girl* (SPG) di Yogyakarta. Selain itu hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa harga diri hanya memberikan pengaruh sebagian terhadap kecenderungan gangguan dismorfik tubuh, sementara sebagian besar dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka terdapat beberapa saran yaitu sebagai berikut:

a. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara harga diri dengan kecenderungan gangguan dismorfik tubuh, disarankan agar para partisipan, khususnya yang bekerja di bidang yang menuntut penampilan fisik seperti *Sales Promotion Girl* (SPG), lebih memperhatikan dan mengelola aspek harga diri secara positif, membangun penerimaan diri, menghargai kelebihan pribadi, serta mengurangi kebiasaan

membandingkan diri dengan standar penampilan ideal sehingga dapat membantu menurunkan resiko munculnya gangguan dismorfik tubuh.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan perencanaan waktu yang lebih fleksibel dan menyesuaikan jadwal wawancara dengan jam kerja subjek agar proses pengambilan data dapat berlangsung lebih optimal, dan membangun hubungan yang dekat dengan subjek misalnya melalui pendekatan informal guna meningkatkan rasa nyaman dan kepercayaan sehingga subjek lebih terbuka dalam memberikan informasi pribadi. Selain itu, peneliti dapat mempertimbangan penggunaan metode pengumpulan data tambahan seperti kuesioner tertulis untuk meminimalkan kendala waktu dan memperoleh data yang lebih luas serta mendalam. melibatkan subjek dengan latar belakang yang lebih beragam, sehingga hasil penelitian dapat lebih representatif. Selain itu, peneliti berikutnya dapat menambahkan faktor-faktor yang relevan seperti faktor genetik dan faktor psikologis. Dengan memasukan faktor-faktor tersebut, penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai penyebab maupun dinamika psikologis dari kecenderungan gangguan dismorfik tubuh.