BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian penggunaan media sosial (*Instagram*) dan citra tubuh menunjukkan adanya hubungan positif antara penggunaan media sosial (*Instagram*) dan citra tubuh. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi skor citra tubuh pada wanita dewasa awal, maka semakin tinggi pula skor penggunaan media sosial (*Instagram*) yang dimiliki wanita dewasa awal. Temuan ini berkaitan dengan jenis konten yang diakses oleh pengguna, dimana asupan visual menjadi salah satu faktor penentu persepsi diri wanita dewasa awal.

B. Saran

1. Bagi Subjek

Bagi wanita dewasa awal diharapkan memiliki kesadaran kritis mengenai konten yang diakses dan lebih selektif dalam mengakses akun yang mengusung tema konsep tubuh secara positif. Diharapkan akses *instagram* dapat menjadi inspirasi hidup sehat atau pengembangan diri, sehingga tidak terjebak dalam standar kecantikan yang tidak realistis.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dan tertarik untuk melakukan kajian mendalam mengenai topik yang sama, disarankan untuk melakukan penelitian serupa pada

subjek laki-laki dewasa awal untuk melihat apakah korelasi positif ini juga terjadi pada gender yang berbeda. Selain itu, semakin banyaknya media sosial yang beragam dan akses media sosial tidak hanya *instagram* maka dapat pula digabungkan dengan media sosial yang lain.