

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil analisa penelitian, perhitungan serta pembahasan pada variabel *gratitude*, *social comparison* dan *body image*, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil deskriptif data penelitian menyatakan bahwa tingkat *gratitude* pada remaja akhir pengguna *Instagram* di Kota Bekasi sebagian besar berada dalam kategori sedang.
2. Hasil deskriptif data penelitian menyatakan bahwa tingkat *social comparison* pada remaja akhir pengguna *Instagram* di Kota Bekasi sebagian besar berada dalam kategori sedang.
3. Hasil deskriptif data penelitian menyatakan bahwa tingkat *body image* pada remaja akhir pengguna *Instagram* di Kota Bekasi sebagian besar berada dalam kategori sedang.
4. Hasil uji regresi linier sederhana menyatakan bahwa *gratitude* berpengaruh positif signifikan terhadap *body image*.
5. Hasil regresi linier sederhana menunjukkan bahwa *social comparison* berpengaruh negatif signifikan terhadap *body image*.

B. Saran

Suatu penelitian tentunya memiliki kekurangan dan kelemahan, namun hal tersebut dapat menjadi pelajaran bagi penelitian di masa depan. Merujuk pada hasil yang didapatkan penelitian ini, dirumuskan serangkaian saran yang ditujukan kepada:

1. Bagi subjek penelitian

Diharapkan untuk subjek penelitian dapat mempertahankan dan meningkatkan *gratitude* serta *body image* yang dimiliki. Selain itu, subjek diharapkan mampu untuk mengurangi *social comparison* agar dapat lebih

fokus pada diri sendiri dan juga mampu untuk melakukan pengembangan ke arah yang lebih positif.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih cermat dalam memilih instrumen penelitian yang telah ada sebelumnya dengan menyesuaikan subjek penelitian. Selain itu, peneliti di masa depan diharapkan agar memperhatikan variabel dan faktor-faktor lain yang secara khusus mampu memengaruhi *body image* seseorang. Jika memiliki fokus pada salah satu media sosial (seperti *Instagram*), peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat mengambil data lebih rinci terkait dengan durasi, frekuensi, konten yang diikuti serta intensitas unggah foto maupun video di *Instagram*.