

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian mengenai pengaruh kebersyukuran terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada wanita dewasa awal di Kota Banjarmasin, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Analisis kriteria kategori skala kebersyukuran mendapatkan hasil, 44 (16,2%) subjek memiliki tingkat kebersyukuran tinggi, 184 (68,2%) subjek memiliki tingkat kebersyukuran sedang, dan 42 (15,6%) subjek memiliki tingkat kebersyukuran rendah. Secara keseluruhan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kebersyukuran wanita dewasa awal di Kota Banjarmasin di dominasi kategori sedang.
2. Analisis kriteria kategori skala kecenderungan *body dysmorphic disorder* mendapatkan hasil, 49 (18,1%) subjek memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* tinggi, 182 (67,4%) subjek memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* sedang, dan 39 (14,4%) subjek memiliki tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* rendah. Secara keseluruhan maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecenderungan *body dysmorphic disorder* wanita dewasa awal di Kota Banjarmasin di dominasi kategori sedang.

3. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya pengaruh antara kebersyukuran dengan kecenderungan *body dysmorphic disorder*, hal tersebut sesuai dengan hasil analisis data yang dilakukan dengan bantuan program statistik *SPSS 22.0 for windows*, dengan nilai $-15,155 > 1,960$. Dikatakan berpengaruh jika $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ yang berarti H_a dalam penelitian ini diterima.
4. Berdasarkan nilai koefisien determinan (*R square*) mendapatkan hasil sebesar 0,462 yang berarti bahwa pengaruh variabel kebersyukuran terhadap variabel kecenderungan *body dysmorphic disorder* sebesar 46,2% dan terdapat 53,8% faktor lain yang dapat mempengaruhi diluar dari aspek-aspek variabel kebersyukuran .
5. Hasil uji sumbangsih pada variabel kebersyukuran menunjukkan bahwa wanita dewasa awal di Kota Banjarmasin lebih dominan menggunakan komponen anggota tubuh dalam melakukan perilaku kebersyukuran dengan nilai sebesar 36,60%, sedangkan untuk variable kecenderungan *body dysmorphic disorder* menunjukkan hasil bahwa wanita dewasa awal di Kota Banjarmasin lebih dominan menunjukkan pada aspek preokupasi dengan hasil sebesar 51,65%.

B. Saran

1. Saran untuk kampus

Bagi pihak kampus khususnya pihak perpustakaan dan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora diharapkan dapat menambah referensi atau koleksi buku-buku psikologi atau buku-buku terkait dengan gangguan-gangguan psikologi seperti gangguan *body dysmorphic disorder* dikarenakan peneliti sulit mendapatkan referensi terkait judul tema yang diangkat oleh peneliti.

2. Peneliti selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih dapat mengeksplor lagi variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi munculnya kecenderungan *body dysmorphic disorder* dikarenakan dalam penelitian ini sendiri didapatkan hasil bahwa masih terdapat 53,8% lagi variabel-variabel lain yang dapat menjadi faktor munculnya kecenderungan *body dysmorphic disorder* seperti variabel bullying dan kecemasan sosial.
- b. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat lebih memperluas kategori subjek seperti menambahkan jenis kelamin laki-laki agar dapat dilakukan perbandingan atau memperbanyak kategori usia yang akan digunakan dalam penelitian agar penelitian lebih komprehensif dan dapat semakin digeneralisasikan. Dapat menggunakan lebih banyak referensi terbaru baik buku maupun artikel dan jurnal-jurnal nasional dan internasional. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menelaah

lebih dalam dan spesifik variabel penelitian dengan menggunakan metode kualitatif untuk melihat keterlibatan antar variabel.

- c. Diharapkan juga pada peneliti selanjutnya agar dapat memberikan pengawasan yang dilakukan pada saat pengisian kuesioner sehingga semua data yang dibutuhkan dapat diisi dengan baik oleh responden dan pada saat terdapat pertanyaan dari responden agar dapat langsung menjelaskan dengan rinci.

1. Responden penelitian

Sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kebersyukuran terhadap kecenderungan *body dysmorphic disorder*, maka penelitian ini dapat dijadikan solusi atau masukan bagi orang-orang yang mempunyai kecenderungan *body dysmorphic disorder* dengan meningkatkan rasa kebersyukuran sehingga lebih dapat menghargai apa yang telah ada dalam dirinya.