

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dan analisis yang dilakukan peneliti, maka dapat diambil kesimpulan dari peneliti, yaitu:

1. Tingkat kebersyukuran pada ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan, kebanyakan berada pada kategori sedang. Berdasarkan uji deskriptif data penelitian, ditemukan nilai mean sebesar 65,8 dan nilai standar deviasi sebesar 6,1 untuk variabel kebersyukuran. Kemudian, nilai-nilai tersebut dimasukkan ke dalam rumus kategorisasi dari Saifuddin Azwar sehingga didapatkan hasil bahwa tingkat kebersyukuran ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan, yang berada di tingkat rendah sebanyak 9 orang dengan persentase 9,8%, pada tingkat sedang sebanyak 63 orang dengan persentase 68,5%, dan sebanyak 20 orang dengan persentase 21,7% berada pada tingkat tinggi.
2. Tingkat *body image* pada ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan, kebanyakan berada pada kategori sedang. Berdasarkan uji deskriptif ditemukan nilai mean sebesar 65,7 dan nilai standar deviasi sebesar 7,8 untuk variabel *body image*. Kemudian nilai-nilai tersebut dimasukkan ke dalam rumus

kategorisasi dari Saifuddin Azwar sehingga didapatkan hasil bahwa tingkat *body image* pada ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan, yang berada pada tingkat rendah sebanyak 14 orang dengan persentase 15,2%, pada tingkat sedang sebanyak 57 dengan persentase 62,0%, dan sebanyak 21 orang dengan persentase 22,8% pada tingkat tinggi.

3. Berdasarkan uji regresi linier sederhana ditemukan bahwa terdapat pengaruh kebersyukuran terhadap *body image* pada ibu menyusui di Kelurahan Kelayan Timur Kecamatan Banjarmasin Selatan. Dibuktikan dengan nilai signifikansi $000 < 0,05$ sehingga H_a dapat diterima. Adapun kontribusi kebersyukuran terhadap *body image* pada ibu menyusui sebesar 20,4% dan 79,6% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti serta dijelaskan da dalam penelitian ini.

B. Rekomendasi

1. Implikasi dari penelitian ini semoga para ibu menyusui bisa lebih bersyukur dan bisa menerima penampilannya apa adanya tanpa melakukan perubahan besar yang dapat merugikan diri sendiri atau orang lain, melakukan hal-hal yang berbahaya agar terlihat lebih menarik.
2. Peneliti menyarankan untuk meningkatkan kualitas dan potensi diri agar rasa syukur dan *body image* dapat ditingkatkan. Melalui penelitian tersebut, para peneliti juga secara khusus menyarankan

para ibu menyusui untuk menjadi percaya diri, fokus pada kelebihan yang dimiliki sehingga dapat memandang dirinya sebagai orang dan kualitas yang berharga.

3. Peneliti selanjutnya sebaiknya membagikan kuesioner/skala secara langsung sehingga peneliti dapat mengamati responden saat mengisi kuesioner. Oleh karena itu, hasil observasi dapat menjadi tambahan pendukung penelitian.