

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Tingkat *body image* mahasiswa UNUGHA Cilacap berada pada taraf sedang dengan presentase 87,6% sebanyak 218 mahasiswa dibandingkan dengan mahasiswa yang *body imagenya* berada pada taraf tinggi yaitu dengan presentase 11,2% sebanyak 28 mahasiswa dan pada taraf rendah dengan presentase 1,2% sebanyak 3 mahasiswa.
2. Tingkat kepercayaan diri mahasiswa UNUGHA Cilacap dengan taraf tingkat kepercayaan diri sedang sebanyak 227 mahasiswa berada pada presentase 91,2% dan mahasiswa yang kepercayaan dirinya berada pada tingkat tinggi berjumlah 22 mahasiswa dengan presentase 8,8%.
3. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini memiliki koefisien korelasi sebesar 0,419 , dengan  $p = 0.000$ , yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara *body image* dengan kepercayaan diri pada mahasiswa UNUGHA Cilacap. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *body image* maka semakin tinggi kepercayaan diri pada mahasiswa UNUGHA Cilacap, sebaliknya semakin rendah *body image* maka semakin rendah pula kepercayaan diri pada mahasiswa UNUGHA Cilacap.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitaian ini, maka peneliti dapat menyarankan beberapa hal sebagai berikut :

### 1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa peneliti menyarankan untuk lebih meningkatkan kepercayaan diri dan merima semua hal dengan sebagaimana adanya dan tidak hanya berfokus terhadap kualitas fisik saja.

### 2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi, khususnya yang berkaitan dengan masalah *body image* dan kepercayaan diri dan juga diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain selain *body image*.