

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Bab ini merupakan kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti beserta implikasi yang telah diperoleh dan rekomendasi bagi peneliti selanjutnya yang akan menggunakan variabel terkait.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil temuan data dan pembahasan mengenai pengaruh perbandingan sosial (X_1) dan rasa syukur (X_2) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y), maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh perbandingan sosial (X_1) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y) pada Wanita Obesitas di Kota Bandung. Dapat diketahui bahwa, semakin tinggi tingkat perbandingan sosial pada wanita obesitas, maka semakin tinggi pula tingkat ketidakpuasan tubuhnya.
2. Terdapat pengaruh rasa syukur (X_2) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y) pada Wanita Obesitas di Kota Bandung. Dapat diketahui bahwa, semakin tinggi rasa syukur yang dimiliki wanita obesitas, maka semakin rendah tingkat ketidakpuasan tubuhnya.
3. Terdapat pengaruh perbandingan sosial (X_1) dan rasa syukur (X_2) terhadap ketidakpuasan tubuh (Y) pada Wanita Obesitas di Kota Bandung. Dapat diketahui bahwa, ketika seseorang mengalami perbandingan sosial sehingga menyebabkan ketidakpuasan tubuh yang tinggi, dengan adanya rasa syukur dapat menurunkan rasa ketidakpuasan tubuh.

B. Implikasi

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menambah kajian ilmu pengetahuan mengenai perbandingan sosial (X_1), rasa syukur (X_2) dan ketidakpuasan tubuh (Y). Selain itu, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat mengurangi rasa ketidakpuasan tubuh dan menjadi pribadi yang lebih banyak bersyukur atas apa yang telah dimiliki tanpa membandingkannya dengan orang lain.

C. Rekomendasi

Selain itu, terdapat pula rekomendasi bagi beberapa pihak terkait dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut.

1. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dalam kaitan penelitian mengenai perbandingan sosial (X_1), rasa syukur (X_2) dan ketidakpuasan tubuh (Y).
2. Lebih banyak melakukan eksplorasi mengenai variabel-variabel dalam penelitian ini karena masih terdapat faktor-faktor lain yang dapat dijadikan sebagai referensi penelitian.
3. Bagi Dokter Spesialis Gizi Klinik dan *Nutrisionist* Spesialis Kedokteran Olahraga, serta Komunitas Obesitas di Kota Bandung dapat melakukan kerja sama dalam melakukan gerakan atau penyuluhan mengenai penurunan berat badan yang sehat dan aman, bagaimana mengontrol berat tubuh, dan memberikan layanan konsultasi gizi.
4. Bagi penyedia layanan psikolog klinis dapat bekerja sama melalui memberikan pelayanan *support group* di tiap komunitas obesitas sehingga para anggota komunitas dapat meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik dengan cara memberikan dukungan emosional antar sesama anggota komunitas obesitas.