

## BAB V

### SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Bab ini akan membahas mengenai simpulan hasil penelitian dan rekomendasi untuk pihak-pihak yang terlibat juga peneliti selanjutnya.

#### A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh objektifikasi diri terhadap ketakutan akan evaluasi negatif mengenai penampilan pada perempuan.
2. Terdapat pengaruh harga diri terhadap ketakutan akan evaluasi negatif mengenai penampilan pada perempuan.
3. Terdapat pengaruh objektifikasi diri dan harga diri terhadap ketakutan akan evaluasi negatif mengenai penampilan pada perempuan.

#### B. Rekomendasi

##### 1. Bagi subjek penelitian

Bagi perempuan diharapkan dapat mulai belajar untuk menerima diri sendiri apa adanya dan menerima setiap kekurangan yang ada. Selain memperhatikan penampilan fisik, hendaknya lebih berfokus untuk memaksimalkan potensi diri guna meningkatkan kualitas diri. Kemudian, perempuan diharapkan untuk meningkatkan perasaan positif dan rasa berharga akan diri sendirinya, sehingga tidak terlalu berfokus pada pendapat atau komentar negatif dari orang lain terhadap dirinya.

##### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a) Peneliti selanjutnya diharapkan bisa menggali lebih dalam mengenai ketakutan akan evaluasi negatif mengenai penampilan, baik secara teori maupun penelitian-penelitian ilmiah yang berhubungan dengan topik tersebut.
- b) Dalam mengukur objektifikasi diri, diharapkan dapat menggunakan alat ukur lain selain SOQ (*self objectification questionnaire*) agar

pengadministrasiannya lebih mudah dan tidak membuat responden bingung. Peneliti selanjutnya dapat pula membuat alat ukur objektifikasi diri yang disesuaikan dengan konteks dan budaya di Indonesia.

- c) Hasil mengenai uji beda objektifikasi diri, harga diri dan ketakutan akan evaluasi negatif mengenai penampilan berdasarkan data demografis yang diteliti menunjukkan mayoritas tidak adanya perbedaan yang signifikan, sehingga peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut mengenai faktor-faktor tersebut seperti status pekerjaan, status hubungan, media sosial beserta perilaku dalam menggunakan media sosial, dan pakaian yang digunakan.

Sisky Agustin, 2021

*PENGARUH OBJEKTIFIKASI DIRI DAN HARGA DIRI TERHADAP KETAKUTAN AKAN EVALUASI  
NEGATIF MENGENAI PENAMPILAN PADA PEREMPUAN*

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](https://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](https://perpustakaan.upi.edu)