

BAB V

PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini yang diperoleh bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara variabel *self esteem* dengan *body image* pada primigravida diusia kehamilan trimester ketiga. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *self esteem* maka semakin tinggi juga *body image* pada primigravida, dan sebaliknya semakin rendah *self esteem* maka semakin rendah juga *body image* pada primigravida. Pernyataan hasil yang telah diperoleh tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil analisis yang telah diperoleh dari penelitian yang menggunakan *Non Parametric Test* dengan teknik *Spearman Rank* dalam SPSS 24.00 dan berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa *self esteem* berhubungan positif dalam membentuk *body image* pada primigravida sehingga mampu menerima dan menghargai perubahan fisik yang terjadi akibat dari kehamilan.

5.2. Saran

Berdasarkan pelaksanaan dan tahapan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, kemudian atas hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan oleh peneliti, antara lain sebagai berikut:

5.2.1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self esteem* dengan *body image* pada primigravida dengan usia kehamilan trimester tiga. Sehingga menunjukkan bahwa penting sekali bagi primigravida dalam mengembangkan *self esteem* yang tinggi serta *body image* kearah yang positif. Adanya kemampuan tersebut akan mendukung primigravida untuk dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan yang terjadi baik itu perubahan secara fisik maupun psikologis yang diakibatkan dari kehamilan, sehingga penting untuk primigravida agar terus meningkatkan kemampuan dalam menghargai dan menerima dirinya.

Selain itu juga menumbuhkan persepsi atau pandangan terhadap penampilan diri kearah yang positif agar dapat mengurangi pemikiran-pemikiran negatif terhadap *body image*, dimana itu dapat berdampak pada kondisi kesehatan psikologis ibu serta dapat beresiko pada terhambatnya perkembangan janin yang ada didalam kandungan. Kemudian penting sekali primigravida untuk selalu mendapatkan dukungan mental dari keluarga terutama suami sebagai upaya menjaga kesehatan psikologis ibu dalam menghadapi masa kehamilannya hingga melahirkan.

5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga terdapat kelemahan yaitu minimnya bentuk pendampingan terhadap responden pada saat melakukan pengisian skala penelitian. Hal tersebut dikarenakan proses pelaksanaan penelitian dalam pengumpulan data ini dilakukan dengan secara online sehingga disebarkan dengan bantuan dari *google form*.

Penelitian dilakukan secara *online* dengan harapan dapat dilakukan secara efektif dalam pengambilan data, hanya saja memiliki dampak yaitu peneliti tidak bisa mendapatkan data yang lebih mendetail terkait permasalahan yang ada pada responden selama pengisian skala dan kontrol responden yang lemah sehingga hal tersebut dapat menimbulkan data yang kurang valid karena kurangnya kontrol dalam mengetahui kondisi dari responden pada saat pengisian skala tersebut.

Sehingga bagi peneliti selanjutnya peneliti berharap agar peneliti selanjutnya lebih meningkatkan lagi kontrol pada saat proses pengambilan data serta dapat melakukan observasi dengan bentuk pendampingan kepada responden selama proses pengambilan data agar data yang didapatkan lebih mendetail dan mendalam lagi. Selain itu juga diharapkan agar peneliti selanjutnya lebih teliti dalam mempersiapkan alat ukur agar tidak terjadi *human error* pada saat proses pengambilan data.