

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Bedasarkan pembahasan diatas hasil dalam penelitian ini, dilakukan analisis data menggunakan uji parametrik dengan teknik *product – moment* dalam SPSS 16.0. Hasil tersebut terdapat korelasi negatif yang signifikan antara dukungan sosial serta kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada ibu hamil *primigravida*. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima semakin rendah pula kecenderungan *body dysmorphic disorder* pada ibu hamil *primigravida*. Penelitian ini sebagian besar ibu hamil *primigravida* menerima dukungan sosial yang tinggi, namun beberapa responden mengalami ketidakpuasan terhadap perubahan bentuk tubuhnya. Adanya dukungan sosial yang baik tidak hanya membantu ibu hamil melalui proses kehamilan yang lancar, tetapi juga mengurangi perilaku negatif serta gangguan psikologis seperti *body dysmorphic disorder*.

B. Saran

Berdasarkan pelaksanaan dan tahap penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti serta telah dianalisis dan mendapatkan hasil dari penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan oleh peneliti, antara lain sebagai berikut :

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *kecenderungan body dysmorphic disorder* pada ibu hamil *primigravida*. Sehingga penting sekali bagi ibu *primigravida* untuk mendapatkan dukungan sosial. Adanya dukungan sosial akan meningkatkan kemampuan untuk ibu *primigravida* beradaptasi dengan perubahan yang terjadi secara fisik maupun psikologis.

Selain itu dapat menumbuhkan persepsi atau pandangan yang positif dan mengurangi pemikiran negatif terhadap bentuk tubuhnya. Hal tersebut dapat menyebabkan kondisi kesehatan psikologis dan fisik ibu berubah serta dapat beresiko pada perkembangan janin pada kandungan. Selain itu, baik juga bagi *primigravida* mendapatkan dukungan dari pasangan dan orang yang berada disekitarnya guna untuk menjaga kondisi psikologis ibu menghadapi masa kehamilan sampai melahirkan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kekurangan dan kelemahan pada penelitian ini yaitu kurang pendampingan terhadap pengisian skala penelitian dikarenakan proses pelaksanaan penelitian dalam pengumpulan data ini dilakukan via *online* serta dibagikan melalui sosial media dengan bantuan *google form*. Penelitian ini dilakukan secara online dengan harapan dapat dilakukan secara efektif pada pengambilan data, namun mempunyai dampak tidak dapat memperoleh data secara lebih mendalam terkait permasalahan yang ada pada responden dalam pengisian skala. Sehingga saran untuk peneliti selanjutnya peneliti berharap lebih meningkatkan kontrol pada saat proses pengambilan data serta bisa melakukan observasi sebagai bentuk pendampingan kepada responden selama proses pengambilan data.