

BAB V PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pada mahasiswa keperawatan di Universitas Negeri Gorontalo sebagian besar memiliki *body image* positif (86,1%). Pada mahasiswa dengan *body image* positif ini memiliki pemikiran bahwa bentuk tubuh bukan hal yang utama dan bukan menunjukkan jati diri yang sebenarnya. Mahasiswa tersebut memiliki harga diri yang tinggi, penerimaan jati diri yang tinggi, rasa percaya diri yang tinggi bahkan juga kepedulian yang tinggi terhadap kesehatan dan sebagainya, sehingga dirinya akan berperilaku yang normal dan sewajarnya dalam memperlakukan dirinya sendiri sekalipun untuk sebuah obsesi. Pada mahasiswa dengan *body image* positif tersebut, lebih banyak pada mahasiswa yang berumur 20-23 tahun (61,4%), berjenis kelamin perempuan dibandingkan laki-laki dan dengan berat badan tidak berlebih (55,4%).

5.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa

Kiranya dapat mengubah mindset yang dimiliki dalam mempersepsikan *body image* nya sehingga tidak perlu memandang penampilan fisik lebih penting dari hal yang lain untuk dapat memposisikan dirinya di lingkungan sekitarnya. Ada potensi diri lain yang dapat dimunculkan selain penampilan fisik seperti kecerdasan intelektual maupun emosional yang jauh lebih menarik dibandingkan sekedar penampilan fisik.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Kiranya dapat menambahkan referensi-referensi terbaru mengenai *body image* sehingga dapat menjadi pedoman akademik dalam meningkatkan pengetahuan dan wawasan mahasiswa dalam proses pembelajaran.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kiranya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai *body image* pada remaja dengan menggunakan metodologi lain seperti deskripsi korelasi sehingga dapat diketahui faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *body image* pada remaja khususnya mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi relevan dalam penyusunan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2014. *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*, UMM Press, Malang.
- Amalia. R. R. 2018. Sosial Comparison dan Body Dissatisfaction pada Mahasiswi Universitas X di Yogyakarta. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia
- Andayani. M. 2020. Potret *Body Image* Mahasiswa (Studi Deskriptif Mahasiswa BKI IAIN Tulungagung. *Skripsi*. Fakultas Ushulhuddin Adab dan Dakwah. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung
- Anggraini. M. 2019. Hubungan Antara Citra Tubuh dan Kepercayaan Diri pada Wanita Bertubuh Besar. *Skripsi*. Program Studi Psikologi Jurusan Psikologi Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Adrian. K. 2018. *Alasan Steroid Dinyatakan Ilegal*. Akses tanggal 31 Juli 2020.
- Alidia. F. 2018. *Body Image Siswa Ditinjau dan Gender*. Jurnal Tarbiyah : Jurnal Ilmu Pendidikan, Vol. 14, No. 2, 79-92.
- Azwar. 2012, *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*, Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Bimantara, M.D. M.Adriyani, dan D.R Suminar. 2019, *Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi pada Siswi di SMA Negeri 9 Surabaya*, Jurnal Amerta Nutrition, Vol. 3 No. 2.
- Davista. O. A., 2016. Perbedaan Body Image ditinjau dari Tahap Perkembangan (Remaja dan Dewasa Awal) dan Jenis Kelamin (Perempuan dan Laki-Laki) di Kelurahan Banyumanik Kecamatan Banyumanik Kota Semarang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.
- Dwinanda. Rizky F. 2016. *Hubungan Gratitude dengan Citra Tubuh pada Remaja*, Jurnal Ilmiah Psikologi. Volume 9. No. 1, Juni.
- Grogan. S. 2016. *Body Image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children (3rd ed)*. Routledge. New York.
- Gunardi. A. J., 2018. *Hati-Hati, Ini Efek Negatif Operasi Plastik*. (online), <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3618545/hati-hati-ini-efek-negatif-operasi-plastik>, akses tanggal 31 Juli 2020.
- Gunarsa. 2012. *Psikologi untuk Keluarga*. Penerbit Libri. Jakarta.
- Hardiyanti, Siti, 2019. *Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Harga Diri Pada Remaja Yang Mengalami Obesitas*. *Skripsi thesis*, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Hartaji. 2012. *Motivasi Berprestasi Mahasiswa yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*, Jurnal Penelitian Universitas Gunadarma. Jakarta. Vol. 1, No. 1,

- Hurlock. E. B. 2012. Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (terjemahan). Jakarta: Erlangga
- Husna. N. L. 2013. Hubungan Antara *Body Image* dengan Perilaku Diet (Penelitian pada Wanita di Sanggar Senam Rita Pati). *Skripsi*. Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Irawan, Septian Dini dan Safitri, 2014. *Hubungan antara Body Image dan Perilaku Diet Mahasiswi Universitas Esa Unggul*, Jurnal Psikologi Volume 12 Nomor 1, Juni.
- Keliat, BA. 2011. *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas : CHMN. (Basic Course)*. Jakarta : EGC.
- Marlina, Y. dan Ernalina, Y. 2020. *The Relationship Between Body Image Perceptions and Nutritional Status of Junior High School Students in Pekanbaru*. Jurnal Kesehatan Komunitas Vol. 6 No. 2, 183-187
- Maryam S. dan Irdil. 2019. *Hubungan Body Image dengan Penerimaan Diri Mahasiswa Putri*. Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia. Vol. 3 No. 3.
- Nopitasari D., Sulistianingsih, R. 2019. *Hubungan Antara Sikap Diet Siswi Kelas IX dengan Tingkat Kepuasan Body Image di SMP Negeri 1 Gunung Putri Tahun 2018*. Jurnal Ilmiah Wijaya Volume 10 Nomor 1
- Notoatmodjo. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. PT.Rineka Cipta. Jakarta
- Nugraha, dkk. 2018. *Gambaran Persepsi Remaja Akhir terhadap Citra Tubuh (Body Image)*, Artikel Ilmiah. Program Studi Psikologi Universitas Pembangunan Jaya. Jakarta.
- Nurleli. 2019. *Hubungan Body Image Dengan Status Gizi Remaja Di Kota Makassar*. Jurnal Info Kesehatan. Volume 9(2).
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta
- Nurulistyawan dkk. 2018. *Study Kasus Body Image pada Siswa di SMA Negeri 1 Grobogan*. Jurnal Keperawatan STIKes AnNur. Vol 1 No 1
- Papalia dkk. 2013. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Kencana. Jakarta.
- Pratama, A. Y. 2011. *Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Agresifitas Pada Remaja Awal Pendukung Persija (The Jak Mania)*. *Skripsi*. Universitas Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta
- Primarini, A. B. 2019. Perbedaan Tingkat *Body Image* pada Remaja Akhir Bertato di Yogyakarta Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.

- Quamila, A. 2021. Jangan Anggap enteng, ini berbagai kondisi akibat body image negatif. (online) <https://hellosehat.com/mental/mental-lainnya/gangguan-kesehatan-akibat-body-image-negatif/>. Akses tanggal 10 Januari 2022.
- Rombe, S. 2014. *Hubungan Body Image dan Kepercayaan Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri di SMA Negeri 5 Samarinda*, Jurnal Ilmiah Psikologi. 2(1):76-91.
- Sada, Marinta, dkk. 2012. *Hubungan Body Image, Pengetahuan Gizi Seimbang, dan Aktifitas Fisik terhadap Status Gizi Mahasiswa Politeknik Kesehatan Jayapura*. Media Gizi Masyarakat Indonesia. Vol.2 No.1 Agustus.
- Safitri, S. D. I. 2014. *Hubungan antara Body Image dan Perilaku Diet Mahasiswa Universitas Esa Unggul*. Jurnal Psikologi. Volume 12 Nomor 1
- Santrock, 2017. *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta
- Shaleh, 2013. *Strategi Pembelajaran Fiqh dengan Problem Based Learning*. Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA Agustus 2013. Vol. XIV No. I 190-220.
- Sudarmawan, W. 2015. *Body Image Anggota Organisasi Mahasiswa Pecinta Awal*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Malang
- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, CV. Alfabeta. Bandung.
- Sugiyono, 2010. *Metode Penelitian Administratif*. Alfabeta. Bandung
- Sumanty, D., Sudirman, D., Puspitasari, D. 2018. *Hubungan Religiusitas dengan Citra Tubuh pada Wanita Dewasa Awal*, Jurnal Psikologi Islam dan Budaya Vol.1, No.1, Hal. : 9-28
- Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2003 tentang Pendidikan Nasional, Pemerintah Republik Indonesia.
- Yusuf, S. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Remaja Rosdakarya. Bandung.
- Zahra, A. dan Muniroh, L. 2020. *Body Image of Nutrition College Students and its Association with Energy Intake and Nutritional Status*. Media Gizi Indonesia. Vol. 15 No. 2, 66-72.

