BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti di Sabuga Gym Bandung, maka peneliti mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Citra Diri pria bertubuh atletis di Sabuga Gym Bandung dilihat Totalitas Pikiran adalah Pekerja Keras, Pantang Menyerah, Disiplin, Tegas, Jujur, Berpengetahuan, Keras, Teliti/Fokus, Responsif, Santai, dan Akrab.
2. Citra Diri pria bertubuh atletis di Sabuga Gym Bandung dilihat dari Perasaan adalah Lebih Percaya Diri, Beribawa, Rapih, Kuat, dan Bangga.
3. Citra Diri pria bertubuh atletis di Sabuga Gym Bandung adalah Pekerja Keras, Pantang Menyerah, Disiplin, Tegas, Jujur, Berpengetahuan, Keras, Teliti/Fokus, Responsif, Santai, Akrab, Lebih Percaya Diri, Beribawa, Rapih, Kuat, dan Bangga.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil analisis, pembahasan serta kesimpulan maka penulis dapat memberikan beberapa saran untuk pria bertubuh atletis di sabuga gym Bandung serta bagi peneliti selanjutnya.

5.2.1 Saran untuk pria bertubuh atletis di Sabuga Gym Bandung

1. Berperan aktif dalam mengajak orang lain untuk menjaga kesehatan.
2. Gali potensi-potensi yang terdapat dalam tubuh atletis.
3. Tidak menyalah gunakan tubuh atletis yang dimiliki terhadap kegiatan negatif.

5.2.2 Saran untuk peneliti selanjutnya

1. Mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya tentang citra diri pria bertubuh atletis disarankan untuk studi pendahuluan terlebih dahulu demi kelancaran penelitian.
2. Persiapkan segala sesuatu kepentingan yang berhubungan dengan penelitian, seperti menyiapkan surat-surat, wawancara dan mengambil data dengan baik.
3. Pergunakan dan maksimalkan waktu selama melakukan penelitian agar penelitian bisa lebih maksimal.