

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil Analisa penelitian, perhitungan dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik *Body Image*, Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri:
 - a. Berdasarkan hasil deskriptif data penelitian didapatkan bahwa hasil kategori *Body Image* pada siswa MA As-Syafi'iyah 02 berada pada kategori sedang.
 - b. Berdasarkan hasil deskriptif data penelitian didapatkan bahwa hasil kategori Dukungan Sosial pada siswa MA As-Syafi'iyah 02 berada pada kategori sedang.
 - c. Berdasarkan hasil deskriptif data penelitian didapatkan bahwa hasil kategori Kepercayaan Diri pada siswa MA As-Syafi'iyah 02 berada pada kategori sedang.
2. Adapun hasil pengujian hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut:
 - a. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *Body Image* dengan Kepercayaan Diri pada siswa MA As-Syafi'iyah 02.
 - b. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada siswa MA As-Syafi'iyah 02.
 - c. Terdapat pengaruh antara *Body Image* dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri pada siswa MA As-Syafi'iyah 02.

B. Saran

Peneliti ingin memberikan saran kepada pihak-pihak terkait yang berkaitan dengan hasil penelitian skripsi peneliti yang diharapkan dapat bermanfaat untuk kedepannya, diantaranya sebagai berikut:

1. Saran bagi Guru

Terdapat beberapa saran bagi guru agar dapat mengaplikasikan pendekatan yang membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh siswa-siswinya yaitu jadilah pendengar yang baik, sediakan ruang untuk siswa berbicara tentang perasaan mereka terkait keluhan mereka. Ajarkan siswa bahwa citra tubuh yang sehat berkaitan dengan kesehatan fisik dan mental, bukan hanya penampilan fisik saja.

2. Saran bagi Siswa

Terdapat beberapa saran bagi siswa agar dapat mengaplikasikan pendekatan yang membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh siswa yaitu, kenali nilai yang ada pada diri sendiri ingatlah bahwa nilai diri sendiri tidak hanya tergantung pada penampilan fisik tetapi coba kenali dan hargai kualitas serta potensi lain yang dimiliki. Siswa bisa berpikir positif dengan mencoba fokus pada aspek positif tentang prestasi dan kualitas yang membuat diri sendiri istimewa.

3. Saran bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan eksplorasi lebih lanjut mengenai variabel-variabel lain yang memiliki hubungan atau potensi mempengaruhi kepercayaan diri, sehingga dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif. Selain itu, penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi bagaimana *body image*, dukungan sosial, dan kepercayaan diri berubah seiring waktu dan pada berbagai tahap perkembangan, seperti masa dewasa muda dan dewasa. Untuk penelitian yang lebih mendalam, melibatkan jumlah subjek yang lebih besar dan memperluas cakupan penelitian ke berbagai sekolah dapat menjadi langkah yang baik guna mendapatkan hasil yang lebih representatif dan informatif. Jika peneliti selanjutnya memilih menggunakan skala atau teori *Body Image* dari tokoh Cash, penting untuk memperhatikan dan bersikap hati-hati dalam penggunaannya, serta memahami secara menyeluruh aspek-aspek yang terkandung dalam skala atau teori tersebut.