

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan *Body Image* terhadap tingkat kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang Kabupaten Cirebon dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat *Body Image* remaja putri kelas Xi di SMA Negeri 1 Jamblang termasuk kedalam kategori **tinggi** dengan presentase 80,14%. Adapun pembagiannya sebanyak Tinggi 42 orang masuk kedalam kategori tinggi dengan presentase 87,5%. Sementara itu, 6 orang masuk kedalam kategori **sedang** dengan presentase sebesar 12,5%.
2. Tingkat Kepercayaan diri pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang termasuk kedalam kategori **tinggi** dengan presentase 76,35%. Adapun pembagiannya adalah sebanyak 40 orang termasuk kedalam kategori tinggi dengan presentase 83,3%. Sementara itu, untuk kategori **sedang** sebanyak 7 orang dengan presentase 14,6% dan kategori **rendah** sebanyak 1 orang dengan presentase 2,1%.
3. Hubungan *Body Image* dengan Tingkat Kepercayaan diri remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang dengan tingkat hubungan yang kuat atau tinggi sebesar 0,766 bahwa hal ini menunjukkan korelasi berada pada rentang 0,70 – 0,90 yang artinya bahwa Antara variabel X dan variabel Y terdapat korelasi yang kuat atau tinggi. Sedangkan besar nilai sig. 0,000 jika dibandingkan nilai α maka Sig 0,000 < 0,05 dengan begitu H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara profil *Body Image* dengan tingkat kepercayaan diri.

B. Saran

1. Bagi Sekolah

Bagi sekolah hendaknya dapat memberikan fasilitas terhadap peserta didik untuk dapat meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik dalam meningkatkan *Body image* dan kepercayaan diri yang dimiliki oleh peserta didik terutama pada remaja putri. Serta dapat mengadakan seminar, Focus Grup Discussion atau hal-hal diluar proses pembelajaran yang membahas mengenai cara menjaga *Body image* dan meningkatkan kepercayaan diri.

2. Bagi Remaja Putri

Bagi remaja putri diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri yang dimilikinya dengan memperbaiki *Body Image* yang dimiliki, sehingga dengan kepercayaan diri yang meningkat dapat mengerahkan seluruh kemampuan yang dimiliki guna mengembangkan diri kearah yang lebih baik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang akan melaksanakan penelitian dengan tema yang sama, diharapkan bisa menambah variabel lain sehingga penelitian yang dilakukan menjadi lebih luas. Seperti konsep penerimaan diri, motivasi belajar dan lain sebagainya. Diharapkan juga dapat menggali data dengan metode kualitatif sehingga diharapkan data yang diperoleh lebih mendalam, seperti melakukan teknik wawancara/observasi yang memuat informasi lebih beragam.

C. Implikasi Penelitian

1. Implikasi Teoritis

Body Image pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Jamblang termasuk kedalam kategori yang tinggi atau baik sehingga *body image* ini dapat terus mengalami peningkatan dalam memperbaiki dirinya kearah yang lebih positif terutama pada peningkatan kepercayaan diri.

2. Implikasi Praktis

Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai rujukan bahwa *Body Image* dapat meningkatkan kepercayaan diri terhadap seseorang, terutama pada fase remaja yang lebih cepat mengalami perubahan baik pada kemampuan kognitif, emosional, keterampilan, penampilan dan lain sebagainya. Maka dari itu, diperlukannya bimbingan, arahan, didikan mengenai *Body image* dalam meningkatkan kapasitas yang dimiliki oleh remaja putri.

