

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Bentuk *insecure* yang dialami oleh Juwita antara lain kurangnya percaya diri, rasa tidak puas dengan penampilan dirinya, dan ketergantungan pada penilaian orang lain. Juwita merasa tidak cantik dan tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada, sehingga membuatnya merasa tidak percaya diri dan *insecure*. *Insecure* yang dialami oleh Juwita juga mempengaruhi perilakunya, seperti melakukan perubahan dan meningkatkan penampilan dirinya dengan melakukan operasi plastik. Juwita berharap bahwa dengan melakukan perubahan tersebut dapat meningkatkan percaya dirinya dan merasa lebih puas dengan dirinya sendiri. Dalam film “200 Pounds Beauty”, *insecure* yang dialami oleh Juwita merupakan salah satu tema yang penting, karena film ini menunjukkan bagaimana *insecure* dapat mempengaruhi kehidupan seseorang dan bagaimana seseorang dapat melakukan perubahan untuk meningkatkan percaya dirinya. Film ini juga menunjukkan bahwa kecantikan tidak hanya tentang penampilan fisik, tetapi juga tentang kepribadian dan kepercayaan diri.
2. Masyarakat memiliki standar kecantikan yang ketat yang membuat Juwita merasa tidak sesuai dan tidak percaya diri. Juwita merasa bahwa tidak cantik dan tidak sesuai dengan standar kecantikan yang ada, sehingga membuatnya merasa tidak percaya diri dan *insecure*. Tekanan masyarakat juga mempengaruhi perilaku Juwita, seperti melakukan perubahan dan meningkatkan penampilan dirinya dengan melakukan operasi plastik. Juwita berharap bahwa dengan melakukan perubahan tersebut dapat meningkatkan percaya dirinya dan merasa lebih puas dengan dirinya sendiri, serta memenuhi standar kecantikan yang ada di masyarakat. Dalam film “200 Pounds Beauty”, tekanan masyarakat merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *insecurity* Juwita.

Film ini menunjukkan bagaimana tekanan masyarakat dapat mempengaruhi kehidupan seseorang dan bagaimana seseorang dapat melakukan perubahan untuk meningkatkan percaya dirinya.

3. Penerapan *self-control* oleh Juwita dalam film “200 Pounds Beauty” merupakan salah satu aspek yang penting dalam mengatasi *insecurity* yang dialaminya. Dengan melakukan perubahan dan meningkatkan penampilan dirinya, Juwita dapat meningkatkan percaya dirinya dan merasa lebih puas dengan dirinya sendiri. *Self-control* yang kuat memungkinkan Juwita untuk mengontrol impuls dan perilakunya dalam mencapai tujuan jangka panjang, yaitu meningkatkan penampilan dirinya dan memenuhi standar kecantikan yang ada di masyarakat. Penerapan *self-control* oleh Juwita juga menunjukkan bahwa memiliki kemampuan untuk mengatur emosi dan perilakunya dalam menghadapi tekanan masyarakat. Juwita tidak membiarkan tekanan masyarakat menguasai dirinya, tetapi sebaliknya, Juwita melakukan perubahan dan meningkatkan penampilan dirinya untuk memenuhi standar kecantikan yang ada di masyarakat. Dengan demikian, *self-control* yang kuat memungkinkan Juwita untuk mengatasi *insecurity* yang dialaminya dan meningkatkan percaya dirinya. Dalam film “200 Pounds Beauty”, penerapan *self-control* terhadap Juwita merupakan salah satu faktor yang membantunya mengatasi *insecurity* yang dialaminya. Dengan melakukan perubahan dan meningkatkan penampilan dirinya, Juwita dapat meningkatkan percaya dirinya dan merasa lebih puas dengan dirinya sendiri. *Self-control* yang kuat juga memungkinkan Juwita untuk membuat keputusan yang tepat dan melakukan tindakan yang efektif dalam mencapai tujuannya. Penerapan *self-control* oleh Juwita dalam film “200 Pounds Beauty” merupakan salah satu aspek yang penting dalam mengatasi *insecurity* yang dialaminya. *Self-control* yang kuat memungkinkan Juwita untuk mengontrol impuls dan perilakunya, mengatur emosi dan perilakunya, dan membuat keputusan yang tepat

dalam mencapai tujuannya. *Self-control* merupakan kemampuan yang penting untuk dimiliki oleh seseorang dalam mengatasi *insecurity* dan meningkatkan percaya dirinya.

B. Saran

1. Bagi Perempuan

Disarankan bagi perempuan dapat mempelajari dari karakter Juwita dalam film “*200 Pounds Beauty*” tentang pentingnya *self-control* dalam mengatasi *insecurity*. Dengan memiliki *self-control* yang kuat, perempuan dapat mengontrol impuls dan perilakunya dalam mencapai tujuan jangka panjang, serta mengatasi tekanan masyarakat yang dapat mempengaruhi kepercayaan dirinya. Perempuan dapat mengembangkan strategi *self-control* yang efektif, seperti teknik relaksasi, pengaturan emosi, dan pengembangan kepercayaan diri, untuk mengatasi *insecurity* dan meningkatkan kepercayaan dirinya. Perempuan juga dapat belajar dari karakter Juwita tentang pentingnya penerimaan diri dan tidak membandingkan diri dengan orang lain. Dengan menerima diri sendiri sebagai mestinya, perempuan dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dan mengurangi *insecurity*. Perempuan dapat fokus pada kelebihan dan kekuatan dirinya, serta mengembangkan rasa percaya diri yang positif. Perempuan dapat meningkatkan kualitas hidupnya dan mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam menghadapi tekanan masyarakat yang dapat mempengaruhi kepercayaan dirinya, perempuan dapat mengembangkan dukungan sosial yang positif, seperti dukungan dari keluarga dan teman. Dengan memiliki dukungan sosial yang positif, perempuan dapat merasa lebih percaya diri dan tidak *insecure*. Perempuan juga dapat meningkatkan kesadaran tentang dampak media terhadap kepercayaan dirinya, serta mengembangkan strategi untuk mengurangi dampak negatif tersebut. Dengan demikian, perempuan dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dan mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Bagi Penonton Film

Disarankan bagi penonton film “*200 Pounds Beauty*” Penonton film dapat mempelajari dari karakter Juwita dalam film “*200 Pounds Beauty*” tentang pentingnya *self-control* dalam mengatasi *insecurity*. Dengan menonton film ini, penonton dapat memahami peran *self-control* yang kuat dapat membantu seseorang mengatasi tekanan masyarakat dan meningkatkan kepercayaan dirinya. Penonton dapat mengambil pelajaran dari karakter Juwita tentang bagaimana *self-control* dapat membantu seseorang mencapai tujuan jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidupnya. Penonton film juga dapat memperoleh kesadaran tentang dampak *insecurity* terhadap kehidupan seseorang. Dengan menonton film ini, penonton dapat memahami perasaan *insecurity* dapat mempengaruhi kepercayaan diri dan kualitas hidup seseorang. Penonton dapat belajar dari karakter Juwita tentang perasaan *insecurity* dapat diatasi dengan *self-control* yang kuat dan dukungan sosial yang positif. Penonton dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya *self-control* dan dukungan sosial dalam mengatasi *insecurity*. Dalam menonton film “*200 Pounds Beauty*”, penonton dapat memperoleh inspirasi untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dan mengatasi *insecurity*. Penonton dapat belajar dari karakter Juwita tentang peran *self-control* dan dukungan sosial dapat membantu seseorang mencapai tujuan jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidupnya. Dengan demikian, penonton dapat memperoleh manfaat dari menonton film ini dan meningkatkan kepercayaan dirinya dalam menghadapi tantangan hidup.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang hubungan antara *insecurity* dan *self-control* pada karakter Juwita dalam film “*200 Pounds Beauty*”. Dengan menggunakan metode analisis yang berbeda, seperti analisis naratif atau analisis semiotik,

peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang *insecurity* dan *self-control* berinteraksi dalam karakter Juwita. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan untuk membandingkan karakter Juwita dengan karakter lain dalam film untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas tentang hubungan antara *insecurity* dan *self-control*. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan untuk melakukan penelitian tentang dampak *insecurity* dan *self-control* pada kehidupan sehari-hari. Dengan menggunakan metode penelitian yang berbeda, seperti penelitian kuantitatif, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang *insecurity* dan *self-control* mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan untuk mengembangkan strategi intervensi untuk membantu individu mengatasi *insecurity* dan meningkatkan *self-control*. Dalam melakukan penelitian tentang *insecurity* dan *self-control*, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk menggunakan teori-teori psikologi yang relevan, seperti teori *self-efficacy* atau teori *self-determination*. Dengan menggunakan teori-teori ini, peneliti dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang *insecurity* dan *self-control* berinteraksi dalam karakter Juwita. Peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan untuk mengembangkan model teoritis yang dapat menjelaskan hubungan antara *insecurity* dan *self-control*, sehingga dapat membantu peneliti lain dalam melakukan penelitian yang lebih lanjut tentang topik ini.