

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai pengaruh *body shaming* terhadap *self-esteem* pada siswa angkatan 2019 kelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus Kabupaten Kuningan, maka kesimpulannya sebagai berikut:

1. Perilaku *body shaming* yang terjadi di SMA Negeri 1 Cilimus yaitu berupa mengkritik cara berpakaian, gaya bicara, dan membandingkan fisik dengan orang lain.
2. Gambaran *self-esteem* siswa dalam indikator menyukai diri sendiri secara keseluruhan mendapatkan nilai rendah, hal ini menyebabkan responden sering membandingkan dirinya dengan orang lain. Namun, responden tetap menghormati diri sendiri dengan memaafkan kekurangan dirinya dan bahagia dengan hidup yang responden jalani. Dalam indikator mengenai menghargai diri sendiri dengan tidak mudah terpengaruh oleh orang lain mendapatkan nilai rendah, hal ini menyebabkan responden kurang menerima seseorang dan kurang menghargai pendapat teman-temannya. Namun, ketika responden menerima kritikan responden memilih untuk tidak marah, walaupun terkadang responden kurang dapat mengontrol emosinya.
3. Pengaruh *body shaming* terhadap *self-esteem* pada siswa angkatan 2019 kelas XI IPS SMA Negeri 1 Cilimus dapat dikatakan signifikan dan dibuktikan dengan hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling (BK) di sekolah tersebut dan dari serangkaian hasil uji pada analisis data dapat dikatakan signifikan.

B. Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh bahwa siswa yang mengalami perilaku *body shaming* mempunyai pengaruh yang cukup buruk terhadap *self-esteem* siswa sehingga peneliti berharap masyarakat mampu lebih berhati-hati dan lebih peka terhadap perasaan korban *body shaming* dengan begitu tindakan *body shaming* dapat diminimalisir.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan guru mengenai *body shaming* yang terjadi di kalangan siswa. Untuk lebih lanjut apabila ditemukan perilaku *body shaming* di kalangan siswa dapat mengambil tindakan yang dianggap perlu.
3. Kepada pembaca dan seluruh lapisan masyarakat peneliti menyarankan untuk dapat memberikan perhatian khusus terhadap perilaku *body shaming* yang terjadi disekitar kita. Mengacu pada penelitian ini siswa yang menjadi korban dapat tersinggung, malu dan tidak menerima dirinya secara utuh.

