

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A, Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada remaja perempuan yang menjadi korban *body shaming*, diperoleh kesimpulan bahwa ketiga partisipan memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi setelah keterpurukan yang mereka alami. Kemampuan resiliensi yang tinggi dapat dibuktikan dari hasil wawancara yang dilakukan pada penelitian ini. Berdasarkan prosesnya, ketiga partisipan yang terpuruk akibat dampak *body shaming* mampu bangkit dan memiliki kemampuan resiliensi yang baik dalam menjalani hidup saat ini. Adapun hasil penelitian yang unik ditemukan pada penelitian ini. Ketiga partisipan memiliki kesamaan dan juga perbedaan yang membuat data penelitian semakin lengkap.

Penelitian ini membuktikan bahwa korban *body shaming* mampu memiliki kemampuan resiliensi yang tinggi. Ditambah dengan pengalaman dalam kehidupan mereka saat ini, peneliti yakin MA, CA, dan SM adalah individu yang resilien dan bisa menghadapi rintangan pada masa ini dan masa depan yang akan datang.

B. Saran

1. Bagi Partisipan Penelitian

Diharapkan bagi ketiga partisipan, yaitu MA, CA, dan SM dapat tetap menjadi individu yang resilien dan bertahan dari rintangan yang akan terjadi saat ini maupun di masa depan. Ketiga partisipan diharapkan mampu untuk tetap menerima dan mencintai

diri sendiri dengan apa adanya serta menjadi individu yang tangguh dan kuat untuk menjalani kehidupan.

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat agar dapat lebih memperhatikan dan sadar lagi akan perkataan atau hal-hal social yang bisa menyebabkan satu atau lebih individu terluka dan mengalami keterpurukan akibat perkataan dan perilaku buruk tentang bentuk tubuh.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian serupa untuk melakukan penelitian spesifik di daerah tertentu dengan angka korban *body shaming* yang masih banyak dan lebih fokus melakukan observasi mendalam secara langsung.