

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan :

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara religiusitas dengan kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming* yang berarti semakin tinggi religiusitas maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming*. Sebaliknya semakin rendah religiusitas maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming*. Kontribusi religiusitas terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 68,9% dan sisanya 31,1% berhubungan dengan variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti.
2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming* yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming*. Sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming*. Kontribusi dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 78,4% dan sisanya 21,6% berhubungan dengan variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

3. Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja korban *body shaming*. Variabel religiusitas dan dukungan sosial memberi sumbangan sebesar 96,5% terhadap kesejahteraan psikologis, sedangkan sisanya 3,5% berhubungan dengan variabel lain.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini memiliki kelemahan maka dari itu peneliti memiliki beberapa saran. Saran ini diharapkan dapat berguna untuk penelitian lebih lanjut terkait hubungan dengan religiusitas, dukungan sosial maupun kesejahteraan psikologis. Terdapat saran-saran yang diajukan peneliti, yaitu:

1. Bagi Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan remaja korban *body shaming* untuk lebih meningkatkan keyakinan pada Tuhan, pengamalan pada ajaran-ajaran agama pada kehidupan sehari-hari karena hal tersebut dapat meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Selain itu remaja korban *body shaming* diharapkan dapat menjalin komunikasi dengan teman-teman maupun keluarga, mencintai diri sendiri (*selflove*), dengan begitu subjek dapat menghargai apa yang dimiliki dan telah diberikan kepada diri subjek. Walaupun tidak mudah untuk menerima kekurangan namun diharapkan remaja korban *body shaming* dapat memaknai perilaku *body shaming* secara positif.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang akan meneliti variabel kesejahteraan psikologis sebaiknya meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Peneliti berikutnya diharapkan mencoba untuk memiliki subjek penelitian yang berbeda dari penelitian ini. Selain itu peneliti menyarankan peneliti selanjutnya untuk menggunakan 2 pilihan jawaban untuk skala religiusitas.