

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan teman sebaya terhadap *body image* pada remaja akhir putri. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xx}) sebesar 0.342 dengan taraf signifikansi $p = 0.002$ ($p < 0.050$). artinya korelasi lemah dukungan teman sebaya tidak sebanding besarnya pengaruh terhadap *body image* pada remaja akhir putri. Pengaruh lainnya diluar dari dukungan teman sebaya dapat dilihat dari orang tua, media massa, dan tahap perkembangan. Korelasi tersebut berlaku untuk subjek penelitian ini. Korelasi lemah dukungan teman sebaya tidak mempengaruhi terlalu banyak terhadap *body image* pada remaja akhir putri ini, karena *body image* positif terdapat paling banyak hanya di kategori sedang.

Dukungan teman sebaya memiliki pengaruh dalam pembentukan *body image* remaja akhir putri. Hal ini disebabkan karena remaja lebih sering menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman sebaya. Pandangan subjek mengenai *body image* yang baik merupakan arti penting bagi dirinya, menunjukkan juga bahwa subjek memiliki dukungan dari teman sebaya. Hal ini karena teman sebaya memberikan beberapa dukungan yang dapat mempengaruhi pandangan *body image* subjek terhadap dirinya sendiri. Subjek yang tidak memiliki dukungan teman

sebaya yang baik, akan memberikan penilaian yang kurang baik pula terhadap dirinya sendiri, khususnya penampilan fisik yang terlihat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan, maka saran yang dapat diberikan ialah sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian

Bagi remaja akhir putri yang memiliki *body image* dalam kategori sedang diharapkan bisa lebih meningkatkan lagi supaya selalu dapat menilai diri sendiri positif dan dalam kategori tinggi tetap mempertahankan *body image* yang positif, dan yang rendah bisa menerima diri tanpa membandingkan diri dengan orang lain serta memperbaiki pandangan *body image* dirinya sendiri.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian ini, peneliti tidak menggunakan batasan indeks masa tubuh pada subjek yang ikut berpartisipasi, akan tetapi hasil dari mengukur lemak tubuh berdasarkan pembagian berat badan dalam kg dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (m), diketahui bahwa sebagian besar subjek pada penelitian ini berada pada kategori indeks masa tubuh yang normal. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas subjek dengan perhatian pengambilan berdasarkan kategori indeks masa tubuh tertentu seperti, memiliki indeks masa tubuh di bawah normal, memiliki indeks masa tubuh diatas normal

maupun yang tergolong dalam kategori obesitas. Lalu, dapat juga melakukan penelitian dengan menggunakan faktor-faktor lain dari *body image* seperti orang tua, media massa, dan tahap perkembangan. Selain itu, menggunakan subjek laki-laki untuk melihat perbandingan lainnya selain dengan subjek perempuan.