

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *body shaming* dengan citra diri pada remaja. Hal tersebut dilihat dari koefisien korelasi ada hubungan negatif antara *body shaming* dengan citra diri pada remaja. Artinya semakin tinggi perlakuan *body shaming* yang diterima maka semakin rendah citra diri yang dimiliki remaja. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah perlakuan *body shaming* yang diterima maka semakin tinggi citra diri yang dimiliki oleh remaja. Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja memiliki citra diri yang cenderung tinggi dengan *body shaming* yang sedang. *Body shaming* menunjukkan kontribusi 40,3% terhadap citra diri dan sisanya 59,7% dipengaruhi oleh faktor lain.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka saran yang dapat diberikan adalah:

##### **1. Bagi Remaja**

Bagi remaja diharapkan dapat mengurangi perlakuan *body shaming* serta dapat meningkatkan citra diri yang dimiliki menjadi positif dengan cara tetap meningkatkan rasa percaya diri dan tidak mudah asa dengan segala hal yang terjadi, dan selalu berpikir positif. Dengan adanya citra diri yang tinggi maka

akan membuat remaja mampu menghargai diri sendiri, menerima diri sendiri, mengembangkan potensinya seoptimal mungkin dan mampu semenguasai diri.

## 2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengangkat topik citra diri diharapkan dapat meneliti dengan menggunakan metode kualitatif dan dengan variabel yang berbeda selain *body shaming*. Hal tersebut dilakukan agar peneliti selanjutnya mendapatkan hasil penelitian yang maksimal seiring dengan berjalannya waktu. Dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya mengambil referensi–referensi yang lebih baru lagi terutama pada teori citra diri yang masih terbatas.