

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### 5.1 Kesimpulan

Penelitian ini meneliti tentang hubungan media *exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung. Adapun kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tingkat media *exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung tergolong rendah. Namun, jika dilihat dari jenis media yaitu televisi dan majalah, tergolong kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa *cheerleaders* di SMA Negeri 5 Kota Bandung kurang mendapat terpaaan media mengenai konsep tubuh wanita ideal.
2. Tingkat ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mereka sudah merasa puas dengan keadaan tubuh mereka.
3. Terdapat hubungan antara variabel media *exposure* dan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara media *exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal dengan ketidakpuasan tubuh di kalangan *cheerleaders* SMA Negeri 5 Kota Bandung.

## 5.2 Rekomendasi

### 1. Pihak Sekolah :

- *Cheerleading* adalah salah satu ekstra kurikuler yang dapat meningkatkan aktualisasi diri bagi remaja putri. Diharapkan untuk dapat memberikan pengawasan dan bimbingan yang lebih mendalam.
- Menyediakan layanan konseling khusus bagi remaja putri, karena ada berbagai masalah yang khas seperti ketidakpuasan tubuh. Hal ini dapat mencegah timbulnya masalah yang lebih berat bagi para remaja putri.

### 2. Peneliti Selanjutnya :

- Diharapkan melakukan penelitian serupa dengan sampel yang lebih luas dan jumlah yang lebih banyak. Sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasi.
- Diharapkan melakukan penelitian serupa dengan karakteristik berbeda. Misalnya: mahasiswi atau wanita dewasa. Sehingga hasil penelitian yang didapat akan bervariasi, tidak hanya di kalangan *cheerleaders*.
- Diharapkan melakukan penelitian serupa dengan metode yang berbeda, misalnya : metode eksperimen atau kualitatif. Dengan menggunakan metode eksperimen, peneliti dapat mengujicobakan desain penelitian untuk melihat perbedaan antara satu kelompok dengan kelompok lain.

Sedangkan dengan menggunakan metode kualitatif, peneliti akan mendapatkan hasil yang lebih mendalam.

- Diharapkan dengan menggunakan metode kualitatif, peneliti selanjutnya dapat mengetahui proses yang terjadi pada individu setelah menerima media *exposure* mengenai konsep tubuh wanita ideal hingga merasa puas atau tidak puas terhadap tubuhnya.
- Diharapkan melakukan penelitian serupa dengan mengangkat variabel yang berbeda seperti tekanan teman sebaya atau keluarga serta hubungannya dengan ketidakpuasan tubuh.
- Diharapkan melakukan penelitian serupa dengan mengangkat variabel yang berbeda seperti gangguan makan atau agresi serta hubungannya dengan media *exposure*.