

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

Karakteristik reponden penelitian dibedakan menjadi 7 karakteristik yaitu diantaranya: Jenis kelamin (gender). Responden perempuan pada penelitian ini cenderung lebih banyak dibanding laki-laki. Siswa kelas X memiliki responden lebih banyak dari pada kelas XI. Responden pada kelas X memiliki rentan usia 16-17 tahun, begitupun terjadi pada kelas XI yang mana memiliki rentan usia 17-18 tahun. Pada penelitian ini, responden diusia 16 tahun memiliki persentase paling besar dibandingkan dengan yang berusia 17 dan 18 tahun. Sample yang digunakan pada penelitian ini mengakui bahwa sebagian dari mereka bertempat tinggal di Pedesaan dan sisanya bertempat tinggal di daerah perkotaan. Pada karakteristik aplikasi yang sering digunakan, siswa hampir setengahnya cenderung memakai aplikasi Instagram dibandingkan aplikasi yang lainnya yang dijadikan opsi dan tercantum dalam kuisisioner. Dilihat dari durasi penggunaan media sosial yang digunakan oleh siswa, hampir setengahnya menggunakan media sosial dengan rentan waktu 3-4 jam

Analisis deskriptif yang telah dilakukan ditemukan bahwa citra tubuh remaja pertengahan (*middle adolescent*) pada rentan usia 16-18 tahun siswa sekolah menengah atas di SMA N 1 Jatinangor memiliki kriteria cukup. Artinya bahwa siswa memiliki evaluasi penampilan fisik yang cukup menarik, perasaan puas dan syukur akan kemampuan tubuh dalam keadaan prima dan bugar, serta memiliki kondisi tubuh yang sehat dan bebas dari penyakit

Seluruh aspek citra tubuh (*body image*) yang telah dikaji pada bab III menunjukkan bahwa setiap aspek-aspek citra tubuh yang dimuat berada dalam kategori cukup. Aspek-aspek tersebut diantaranya: *appearance Evaluation* (evaluasi penampilan), *appearance orientation* (orientasi penampilan), *Body Area Satisfaction* (kepuasan terhadap bagian tubuh), *Overweight*

*Preoccupation* (kecemasan memiliki tubuh yang gemuk), dan *Self-Classified Weight* (pengkategorian ukuran tubuh) pada remaja pertengahan (*middle adolescent*) pada rentan usia 16-18 tahun siswa sekolah menengah atas di SMA N 1 Jatinangor lebih banyak menilai lebih banyak menilai secara cukup.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, analisis data dan kesimpulan di atas, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Pada peneliti selanjutnya, peneliti lain bisa menjabarkan penelitiannya dalam bentuk yang lebih variatif. Hal tersebut bertujuan agar hasil yang didapatkan lebih heterogen dan memperkaya pembahasan penelitian. Salah satu contoh yang dapat dilakukan adalah dengan menghubungkan variabel citra tubuh (*body image*) dengan variabel yang lain untuk menambah pengetahuan mengenai citra tubuh (*body image*) itu sendiri.
2. Peneliti menyarankan agar pihak sekolah seyogyanya sedikit memperhatikan permasalahan yang dialami oleh siswa, khususnya dalam hal citra tubuh. Hal tersebut mengingat bahwa citra tubuh akan erat kaitan dengan mental seseorang. Peneliti merekomendasikan kepada pihak sekolah agar bisa bekerja sama dengan tenaga ahli pada bidang ini; bisa tenaga kesehatan/psikologi untuk mengadakan kegiatan pendidikan berkaitan dengan permasalahan citra tubuh. Tujuan dari kegiatan tersebut adalah untuk mengedukasi dan menambah wawasan berkaitan dengan citra tubuh.