

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan data statistik dengan menggunakan tes ranking-bertanda wilcoxon, diperoleh kesimpulan adanya perubahan yang signifikan antara skor pre test dan post test pada kelompok Eksperimen, dengan taraf signifikansi sebesar 0,0305 ($P < 0,05$). Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini terbukti yaitu Ada pengaruh paparan gambaran tubuh ideal dalam gambar dan video yang diambil dari iklan di media massa terhadap citra tubuh perempuan remaja awal. Citra tubuh perempuan remaja awal setelah terpapar lebih rendah dibandingkan dengan sebelum terpapar gambaran tubuh ideal dalam gambar dan video yang diambil dari iklan di media massa.

Saran

1. Bagi Perempuan remaja awal

Dari hasil penelitian yang ada, peneliti menyarankan agar perempuan remaja awal lebih mengembangkan citra tubuh positif antar lain berupa penerimaan tubuh dengan memfokuskan diri pada bagian tubuh yang disenangi dan setiap berkaca katakana pada diri sendiri bahwa diri saya cantik, menghormati tubuh menggunakan pakaian yang pantas dan sopan, melindungi tubuh dengan dengan tidak melakukan hal-hal yang dapat melukai tubuh seperti diet berlebihan, suntik putih, operasi plastik, hanya untuk memiliki bentuk tubuh yang dianggap cantik dan memperhatikan dan merawat tubuh dengan menggunakan sabun, shampo dan sikat gigi yang sewajarnya. Dengan demikian akan tumbuh rasa syukur dan bahagia terhadap keberadaan tubuh yang dimilikinya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyarankan pada peneliti selanjutnya yang berminat dengan tema pengaruh gambaran tubuh ideal dalam gambar dan video yang diambil dari iklan di media massa pada citra tubuh perempuan remaja awal, khususnya yang menggunakan metode eksperimen dapat memberikan paparan dengan variasi pemberian intervensi yang berbeda dan dengan jumlah konten yang lebih banyak seperti membaca majalah fashion dan tayangan terkait dengan model yang dianggap memiliki tubuh ideal. Saran diatas sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tiggemann (2003) yang menyatakan bahwa lebih banyak konten yang dipaparkan dan semua berisi model dengan bentuk tubuh yang dianggap ideal akan semakin mempengaruhi ketidakpuasan seseorang terhadap keberadaan tubuhnya. Sejalan pula dengan hasil penelitian Jellinek, Myers, dan Keller (2015) yang mengukapkan bahwa ketika subjek diberikan paparan bentuk tubuh yang dianggap ideal maka akan dapat mempengaruhi ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh dibandingkan dengan pemberian paparan bentuk tubuh yang normal yang tidak mempengaruhi subjek penelitian.