

## BAB VI

### PENUTUP

#### 6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan kepercayaan diri. Dimana apabila *body image* semakin positif maka kepercayaan diri pada mahasiswa yang mengalami *body shaming* juga semakin tinggi.
2. Sumbangan efektif *body image* terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswa yang mengalami *body shaming* sebesar 38,5%, sedangkan sisanya sebesar 61,5% dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya seperti konsep diri, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dukungan sosial dan kesuksesan dalam mencapai tujuan.

#### 6.2. Saran

##### 6.2.1. Bagi Mahasiswa yang Mengalami *Body Shaming* dan Telah Menjadi Subjek dalam Penelitian Ini

Partisipan disarankan untuk memiliki rasa puas terhadap bentuk tubuh, nyaman akan kondisi fisik yang dimiliki dan memiliki pelabelan atau pandangan

yang positif terhadap berat badan serta memiliki gambaran yang positif akan diri individu sehingga kepercayaan diri senantiasa terbentuk dengan baik.

### 6.2.2. Bagi Peneliti Lain

- a. Peneliti selanjutnya sebaiknya meneliti kaitan kepercayaan diri dengan aspek-aspek atau faktor lain yang memengaruhi kepercayaan diri apabila tertarik untuk meneliti mengenai kepercayaan diri.
- b. Diharapkan untuk peneliti selanjutnya, memiliki kesempatan untuk melakukan penelitian secara *offline* atau langsung sehingga dapat mengetahui dengan jelas kondisi partisipan yang hendak mengisi dan memungkinkan data yang didapatkan lebih valid.

