

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri remaja perempuan, dengan demikian hipotesis penelitian ini diterima. Variabel citra tubuh memberikan sumbangan efektif sebesar 19,7% terhadap variabel kepercayaan diri remaja perempuan.

6.2. Saran

1. Bagi Remaja Perempuan

Peneliti menyarankan bahwa remaja perempuan lebih percaya diri dengan menerima kekurangan dalam tubuh, mengorientasikan diri pada fungsional tubuh daripada bentuk tubuh, dan melakukan perawatan yang sewajarnya sehingga menciptakan citra tubuh yang lebih positif yang dapat berdampak mengembangkan kepercayaan diri remaja perempuan. Penting juga bagi remaja perempuan untuk membangun persepsi bahwa setiap individu memiliki kemampuan dan potensi yang unik untuk mengembangkan kepercayaan diri individu.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti dapat menggunakan metode pengumpulan data dan skala langsung sehingga pengisian skala alat ukur dapat terpantau oleh peneliti dan memastikan bahwa subjek benar-benar mengisinya sendiri dan sungguh-sungguh dalam pengisian alat ukur. Peneliti selanjutnya juga bisa mempertimbangkan mengontrol variabel-variabel yang memengaruhi

kepercayaan diri yang sekiranya dapat dikontrol untuk memaksimalkan hasil penelitian yang akan dilakukan.

