

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Kesimpulan penelitian adalah ada hubungan positif yang sangat signifikan antara citra tubuh dengan kepercayaan diri pada remaja putri. Semakin baik citra tubuh maka semakin tinggi kepercayaan diri pada remaja putri, dan demikian pula sebaliknya. Variabel citra tubuh memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri pada remaja putri sebesar 29,70%

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswi

Meningkatkan citra tubuh untuk meningkatkan kepercayaan diri yang tergolong sedang, antara lain dengan cara menerima tampilan diri dengan baik/ bersyukur dan menggali potensi diri yang lain selain tampilan diri. Misalnya, remaja putri belajar untuk lebih objektif mengenai penilaian citra fisik dengan membandingkannya terhadap kelebihan diri yang lain atau prestasi, sehingga remaja putri dapat mengoptimalkan kepercayaan diri yang dimiliki dari kelebihan-kelebihan diri yang dimiliki, serta tidak berfokus pada citra fisik.

2. Bagi Peneliti Lain

Besarnya pengaruh citra tubuh terhadap kepercayaan diri pada remaja putri hanya sebesar 29,70%, sehingga masih terdapat faktor lain yang memengaruhinya. Oleh karenanya, untuk penelitian mendatang disarankan

untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain dari kepercayaan diri pada remaja putri, seperti konsep diri, harga diri, pengalaman, media sosial dan lingkungan.

