

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah menganalisis dan membahas hasil penelitian sebagaimana yang disajikan pada bab empat, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel.

- 1) Berdasarkan data variabel citra tubuh di SMP Negeri 2 Air Joman, ditemukan bahwa tingkat kategori siswa yang tinggi mencapai 16.7% dengan jumlah sebanyak 5 siswa dari total 30 siswa. Selanjutnya, mayoritas siswa memiliki citra tubuh pada kategori rendah, yaitu sebesar 63.3%, dengan jumlah siswa sebanyak 19 dari total 30 siswa. Sedangkan siswa dengan citra tubuh pada kategori sedang berjumlah 6 siswa atau sebesar 20%. Dengan demikian, kesimpulan dapat diambil bahwa rata-rata tingkat citra tubuh di SMP Negeri 2 Air Joman berada pada kategori rendah sebesar 63.3%.
- 2) Selanjutnya, berdasarkan data variabel Psychological well-being di SMP Negeri 2 Air Joman, terdapat 16.7% siswa dengan tingkat kategori tinggi, yang jumlahnya mencapai 5 siswa dari total 30 siswa. Sementara itu, mayoritas siswa, yaitu sebanyak 21 siswa atau 70%, berada pada kategori rendah, dan siswa dengan kategori sedang berjumlah 4 siswa atau sebesar 13.3%. Dari data ini, dapat disimpulkan bahwa rata-rata tingkat Psychological well-being di SMP Negeri 2 Air Joman berada pada kategori rendah sebesar 66.6%.

- 3) Analisis korelasi antara peran media sosial dengan citra tubuh menunjukkan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) adalah $0,000 < 0,05$, yang mengindikasikan hubungan yang sangat kuat (-.982) antara peran media sosial dengan citra tubuh. Hal serupa terjadi pada hubungan antara peran media sosial dengan Psychological well-being, yang juga menunjukkan hubungan yang sangat kuat (-.981).
- 4) Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai negatif, yang menandakan bahwa semakin tinggi peran media sosial siswa, maka semakin rendah pula tingkat citra tubuh dan Psychological well-being siswa. Selain itu, nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,000, menunjukkan bahwa peran media sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap citra tubuh dan Psychological well-being siswa. Dengan demikian, koefisien korelasi ini memperkuat hipotesis bahwa peran media sosial siswa berpengaruh terhadap citra tubuh dan Psychological well-being siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Air Joman pada tahun ajaran 2023/2024.

1.2 Saran

Berikut adalah beberapa saran yang dapat diajukan oleh peneliti:

1. Bagi guru BK, berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar mereka mempertimbangkan dan mengevaluasi kembali layanan bimbingan dan konseling mereka, dengan tujuan untuk meningkatkan citra tubuh dan *Psychological well-being* siswa.
2. Bagi sekolah, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai peran media sosial terhadap citra tubuh dan *Psychological well-being* siswa.

3. Bagi siswa, diharapkan mereka dapat mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang peran media sosial terhadap citra tubuh dan *Psychological well-being*, sehingga mereka mampu merancang solusi-solusi yang berfokus pada perubahan positif.
4. Bagi peneliti, diharapkan peneliti selanjutnya memilih salah satu medsos yang ingin dijadikan bahan dalam melakukan penelitian.

