

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian tentang hubungan *body image* dengan *self esteem* siswa kelas XI TKJ SMK Swasta Prayatna 2 Medan adalah sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil uji hipotesis pada penelitian ini ditemukan ada hubungan *body image* dengan *self esteem* dengan nilai taraf signifikan $\alpha = 0,05$ (95%) diperoleh hasil $r_{xy} = 0,632$, dengan demikian dapat disimpulkan ada hubungan positif yang signifikan antara *body image* dengan *self esteem* siswa di SMK Swasta Prayatna 2 Medan.
2. Berdasarkan interpretasi koefisien korelasi nilai $r_{xy} = 0,632$, maka variabel X (*body image*) dengan variabel variabel Y (*self esteem*) mempunyai nilai korelasi dan hubungan positif yang kuat.
3. Adapun hasil koefisien determinasi diperoleh sebesar $r^2 = 0,632$ yang berarti variabel X mempengaruhi variabel Y sebesar 39,94% sedangkan selebihnya 60,06% diperoleh oleh faktor lain yang tidak diteliti.
4. Rata-rata siswa SMK Swasta Prayatna 2 Medan yang memiliki tingkat *body image* sebesar 0% dengan kategori rendah, sebesar 38% dengan kategori sedang, dan sebesar 61% dengan kategori tinggi. Sedangkan, rata-rata siswa SMK Swasta Prayatna 2 Medan yang memiliki tingkat *self esteem* sebesar 0% untuk kategori tingkat rendah, sebesar 40% dalam kategori sedang, sebesar 59% pada tingkat tinggi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah disampaikan, penulis memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Diharapkan kepada siswa dapat meningkatkan *body image* dan *self esteem* yang mereka miliki dengan lebih menerima diri dan tidak mendengarkan pendapat orang lain terhadap penampilan fisik siswa.

2. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Guru bimbingan konseling diharapkan dapat mengembangkan program bimbingan dan konseling yang memperhatikan analisis kebutuhan siswa dalam meningkatkan *body image* dan *self-esteem* mereka. Dengan cara melakukan seperti layanan informasi pentingnya memiliki *body image* yang positif ataupun melakukan konseling individual terhadap siswa yang memiliki permasalahan *body image*.

3. Bagi Kepala Sekolah

Kepala sekolah diharapkan dapat memberikan dukungan serta menyediakan sarana bagi guru BK dan siswa yang dapat menjadi dasar pertimbangan dalam upaya meningkatkan *body image* dan *self-esteem* siswa sehingga berguna bagi semua pihak.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Jika melakukan penelitian yang serupa mengenai *body image*, disarankan agar mempertimbangkan faktor-faktor tambahan yang belum diteliti sebelumnya, termasuk faktor-faktor eksternal seperti lingkungan masyarakat dan keluarga, serta faktor internal seperti pengalaman individu peserta didik dan usia peserta didik.