

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan kesimpulan yang dapat ditarik dari hasil penelitian tentang hubungan *body image* dengan *self-confidence* di SMA Swasta Islam Azizi Medan dapat dilihat sebagai berikut:

*Body image* dan *self-confidence* memiliki hubungan yang positif dengan nilai korelasi rendah sesuai dengan koefisien korelasi, yang memiliki nilai  $r_{xy} = 0,322$ , dari perolehan ini dapat diketahui bahwa antar variabel berada dalam kategori rendah. Dengan koefisien determinasi diketahui bahwa nilai  $r^2$  sebesar  $0,322^2 = 0,103$  artinya variabel X berkorelasi dengan variabel Y sebesar 10,3% sebagai faktor yang memiliki hubungan dengan *self-confidence*. Namun, korelasi ini termasuk rendah, dengan kata lain 89,7% *self-confidence* dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Hubungan tersebut dibuktikan dari perolehan nilai signifikat sebesar  $P.0,016$ . Hasil kategorisasi *body image* di SMA Swasta Islam Azizi menunjukkan bahwa 19 orang siswa (34%) berada dalam kategori tinggi, 37 orang siswa (66%) dalam kategori sedang dan tidak ada siswa dalam kategori rendah. Untuk *self-confidence*, 33 orang siswa (59%) berada dalam kategori tinggi, 23 orang siswa (41%) berada dalam kategori sedang dan tidak ada siswa dalam kategori rendah.

Data ini menandakan bahwa *body image* yang baik berdampak positif pada peningkatan *self-confidence*.

## 5.2 Saran

Dari hasil penelitian yang melibatkan siswa SMA Swasta Islam Azizi Medan berikut adalah beberapa masukan yang bisa diajukan kepada pihak yang berkepentingan:

### 1. Bagi Guru BK

Guru BK di SMA Swasta Islam Azizi Medan diharapkan dapat memberikan layanan secara rutin untuk meningkatkan kesadaran *body image* di sekolah. Layanan ini dapat disampaikan dengan cara yang lebih kreatif, seperti melalui flyer/poster, video ataupun metode lainnya sehingga siswa dapat lebih mudah memahami materi yang diberikan.

### 2. Bagi Siswa

Terdapat hubungan antara *body image* dengan *self-confidence* yang dengan hasil tersebut diharapkan siswa dapat meningkatkan *body image* dan *self-confidence* nya sehingga menjadi pribadi yang lebih baik ke depannya.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya agar lebih mendalami sampel penelitian khususnya pada mahasiswa yang terseleksi mempunyai *self-confidence* cenderung lemah. Selain itu, disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang memengaruhi *self-confidence* lainnya.