

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Pengaruh konten *beauty influencer* terhadap *body image* pada siswa kelas XI SMA Negeri 5 Medan adalah sebesar 10%. Hasil ini menunjukkan bahwa konten *beauty influencer* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *body image*, namun kontribusinya relatif kecil karena *body image* tidak hanya dipengaruhi oleh paparan konten *beauty influencer* saja. Setiap siswa memiliki cara yang berbeda dalam menerima dan memaknai konten yang dikonsumsi, sehingga pembentukan *body image* juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti konsep diri, *self-esteem*, perbandingan sosial, dukungan keluarga, dan teman sebaya. Oleh karena itu, 90% variasi *body image* dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini.

Berdasarkan hasil kategorisasi konten *beauty influencer* pada 197 responden, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang atau sebanyak 70%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa cukup sering mengakses konten *beauty influencer* melalui media sosial, seperti Instagram, TikTok, dan YouTube. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa konten *beauty influencer* telah menjadi salah satu sumber informasi dan referensi bagi siswa dalam memperoleh pengetahuan mengenai kecantikan, perawatan diri, dan penampilan.

Berdasarkan hasil kategorisasi *body image* pada 197 responden, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki *body image* pada kategori sedang atau sebanyak 65%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki persepsi yang cukup baik terhadap tubuh dan penampilannya, namun

masih terdapat siswa yang belum sepenuhnya merasa puas terhadap kondisi fisiknya. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari lingkungan sekolah, keluarga, dan layanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa mengembangkan *body image* yang lebih positif sehingga mampu menerima dan menghargai dirinya secara lebih baik.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran kepada pihak-pihak yang berkaitan dengan penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mampu menggunakan media sosial secara lebih bijak dan kritis, khususnya dalam mengakses konten *beauty influencer*. Siswa juga diharapkan tidak menjadikan standar kecantikan yang ditampilkan di media sosial sebagai tolok ukur utama dalam menilai diri, melainkan lebih berfokus pada penerimaan diri, rasa syukur terhadap kondisi fisik yang dimiliki, serta menjaga kesehatan fisik dan mental agar dapat membentuk *body image* yang positif.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK)

Guru BK diharapkan dapat menyusun dan memberikan layanan bimbingan yang berkaitan dengan penerimaan diri, literasi media, dan pengembangan *body image* positif pada siswa. Selain itu, guru BK dapat memberikan layanan informasi, bimbingan klasikal, maupun bimbingan kelompok yang membantu siswa memahami pengaruh media sosial terhadap persepsi diri serta membangun sikap yang lebih realistis dan sehat terhadap penampilan fisik.

3. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan dapat mendukung pembentukan *body image* yang positif melalui berbagai program pendidikan karakter dan literasi digital. Sekolah juga dapat bekerja sama dengan guru BK dalam menyelenggarakan kegiatan edukatif mengenai penggunaan media sosial secara sehat, penerimaan diri, serta pentingnya menghargai keberagaman bentuk dan penampilan fisik sehingga tercipta lingkungan sekolah yang lebih suportif dan bebas dari stigma terhadap penampilan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melibatkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *body image*, seperti konsep diri, *self-esteem*, perbandingan sosial, teman sebaya, dukungan keluarga, dan intensitas penggunaan media sosial. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat melibatkan subjek penelitian yang lebih luas agar diperoleh pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *body image* pada remaja.