

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

1. Dari hasil uji regresi sederhana didapatkan bahwa *body image* dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada remaja putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi. Hal itu berarti saat remaja putri memiliki *body image* yang tinggi maka akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi pula.
2. *Body image* memberikan pengaruh sebesar 82,7 % terhadap kepercayaan diri. Maka dapat disimpulkan bahwa pengaruh yang diberikan tergolong tinggi.
3. Berdasarkan uji kategorisasi subjek yang didapat, remaja putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi memiliki *body image* dan kepercayaan diri dalam kategori sedang.
4. Dengan hasil yang ada dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima, yakni terdapat pengaruh *body image* terhadap kepercayaan diri pada remaja putri SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi.

#### **5.2. Saran**

Setelah selesai melakukan penelitian maka peneliti ingin memberikan beberapa saran, diantaranya:

##### **5.2.1. Saran Praktis**

1. Bagi siswi SMAI Al-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi diharapkan terus meningkatkan kepercayaan diri dengan cara menggali keahlian atau keterampilan dirinya yg lain sehingga dapat dituangkan ke dalam kegiatan sehari-hari dengan maksimal.

2. Bagi pihak sekolah SMAI AL-Azhar 8 Summarecon Kota Bekasi diharapkan mampu mengetahui dan membuat sebuah kegiatan yang dapat menunjukkan kemampuan-kemampuan pada siswi yang mungkin kurang mendapatkan sarana untuk mengembangkan kemampuannya.

### 5.2.2. Saran Bagi Penelitian Selanjutnya

1. Peneliti yang ingin meneliti variabel *body image* maupun kepercayaan diri diharapkan dapat menggali lebih dalam lagi mengenai data maupun kasus yang sejalan dengan variabel tersebut agar tergambar secara dalam dan luas.
2. Peneliti selanjutnya diharapkan mampu menentukan subjek dan jumlah subjek dengan tepat sesuai dengan fenomena yang ingin diteliti sehingga hasil yang didapatkan maksimal.
3. Lebih banyak dalam mencantumkan dan mencari literatur mengenai variabel *body image* maupun kepercayaan diri agar data yang dihasilkan tepat dan maksimal.