

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara Kecemasan Sosial dengan *Body image* pada Siswi Perempuan kelas XI pengguna aplikasi tiktok di SMAN 76 Jakarta Timur dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,434^{**}$ dengan taraf signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak. Hubungan negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi Kecemasan Sosial maka semakin rendah *Body image* pada Siswi Perempuan kelas XI pengguna aplikasi tiktok di SMAN 76 Jakarta Timur.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Subjek Penelitian

Bagi para siswi perempuan diharapkan mempertahankan pandangan yang positif terhadap bentuk tubuh dan penampilan yang dimilikinya, agar berkurangnya rasa cemas dapat memotivasi diri sendiri agar lebih memandang dirinya lebih positif dan menanamkan pada diri individu tentang bagaimana menyikapi sesuatu yang kurang dalam dirinya hingga dapat menerima kekurangan yang ada dalam dirinya.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang memiliki hubungan dengan kecemasan sosial seperti motivasi, kepercayaan diri dan dukungan sosial.
2. Peneliti selanjutnya bisa menggunakan menggunakan populasi lain diluar siswi perempuan, yang sekiranya responden dapat mewakili masalah yang diangkat.