

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan yaitu terdapat hubungan positif tetapi sangat lemah dari *body image* dengan kepercayaan diri remaja wanita pengguna media sosial. Kepercayaan diri berada pada kategori sedang, sedangkan *body image* berada pada kategori tinggi

#### **5.2 Saran**

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka terdapat beberapa saran yang akan peneliti berikan. Adapun saran yang diberikan terbagi menjadi dua, yaitu:

##### **5.2.1 Saran Teoritis**

Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan faktor- faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi kepercayaan diri seperti *social comparison* agar penelitian selanjutnya mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

##### **5.2.2 Saran Praktis**

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat hubungan *body image* dengan kepercayaan diri remaja wanita pengguna media sosial. Untuk itu, lebih memperhatikan penampilan dapat lebih meningkatkan kepercayaan diri agar menambah daya tarik bentuk fisik yang dimiliki. Selain itu, antara lain dapat dilakukan juga dengan cara memperhatikan bentuk tubuh seperti mengatur pola makan, dan melakukan olahraga yang dapat menjaga bentuk tubuh, sehingga dapat menciptakan kepuasan terhadap bentuk tubuh.

