

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, memperoleh Kesimpulan dari judul “Hubungan *Self Esteem* dan *Social Comparison* dengan *Body Dissatisfaction* Pada Remaja Putri Pengguna TikTok Di SMA KP 3 Paseh” sebagai berikut :

1. *Self esteem* pada remaja putri pengguna TikTok di SMA KP 3 Paseh menunjukkan *self esteem* sedang (62.7%).
2. *Social comparison* pada remaja putri pengguna TikTok di SMA KP 3 Paseh menunjukkan *social comparison* sedang (78.6%).
3. *Body dissatisfaction* pada remaja putri pengguna TikTok di SMA KP 3 Paseh menunjukkan *body dissatisfaction* sedang (73.8%)
4. Ada hubungan *self esteem* dengan *body dissatisfaction* pada remaja putri pengguna TikTok di SMA KP 3 Paseh dengan nilai signifikansi 0.030 ($P\text{-value} < 0.05$)
5. Ada hubungan *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dengan nilai signifikansi 0.026 ($P\text{-value} < 0.05$).

5.2 Saran

1. SMA KP 3 Paseh

Hasil penelitian ini diharapkan menambah referensi terkait hubungan *self esteem* dan *social comparison* dengan *body dissatisfaction* pada remaja putri. Diharapkan kepada guru BK agar dapat meningkatkan pelayanan dan bimbingan konseling terhadap siswi di SMA KP 3 Paseh, terutama bagi siswi yang mengalami *self esteem* yang rendah sehingga dapat mengurangi tingkat ketidakpuasan pada tubuh.

2. Siswi SMA KP 3 Paseh

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan literasi media sosial terkait dampak TikTok terhadap persepsi bentuk tubuh dan *self esteem*, mengembangkan keterampilan perbandingan sosial yang sehat, meningkatkan *self esteem* melalui program sekolah yang sesuai, menggunakan media sosial dengan bijak serta membangun lingkungan yang saling mendukung di antara teman sebaya untuk menghindari perbandingan yang merugikan dan menghargai keberagaman bentuk tubuh. Selain itu, diharapkan agar dapat lebih menghargai dan mencintai tubuhnya serta melihat kelebihan yang mereka miliki dibandingkan kekurangan yang ada dan tidak berfokus pada standar kecantikan, karena setiap individu unik dan cantik dengan caranya sendiri sehingga tidak ada standar yang dapat menentukan apakah individu menarik atau tidak.

3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi penelitian selanjutnya untuk dapat lebih memperluas responden sehingga penelitian selanjutnya dapat lebih menggambarkan mengenai keadaan sesungguhnya dari hubungan *self esteem* dan *social comparison* dengan *body dissatisfaction* dan melihat bagaimana tingkat *self esteem*, *social comparison*, dan *body dissatisfaction* berdasarkan kelompok remaja putri dan kelompok remaja putra. Selain itu diharapkan agar penelitian selanjutnya dapat

lebih melihat faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi *body dissatisfaction* seperti *gender*, *family influence*, dan lainnya.