

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mayoritas *body image* yang dimiliki siswi kelas XI SMA Kolombo Yogyakarta dalam kategori positif.
2. Mayoritas kepercayaan diri yang dimiliki siswi kelas XI SMA Kolombo Yogyakarta dalam kategori penuh
3. Terdapat hubungan antara *body image* dengan kepercayaan diri siswi kelas XI SMA Kolombo Yogyakarta $p=0,001$

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Remaja
Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan siswi dalam memandang *body image* secara positif sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri.
2. Bagi SMA Kolombo Yogyakarta
Lingkungan sekolah dan guru dapat menjadi role model bagi anak muridnya perihal *body image* dan kepercayaan diri yang baik dengan meningkatkan konseling mengenai kesehatan remaja.
3. Bagi Institusi STIKES Jenderal Achmad Yani
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan ataupun referensi bagi penelitian lain yang akan meneliti tentang *body image* dan kepercayaan diri di lingkungan STIKES Jenderal Ahmad Yani.
4. Bagi Praktisi Keperawatan
Diharapkan terdapatnya penyuluhan mengenai *body image* dan kepercayaan diri untuk remaja – remaja