

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 178 responden di SMP Negeri 6 Banjarmasin dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- 5.1.1 Hasil identifikasi *body shaming* yang telah dilakukan pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin menunjukkan bahwa paling banyak berada di kategori sedang sebanyak 128 responden (71,9%).
- 5.1.2 Hasil identifikasi kepercayaan diri yang telah dilakukan pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin menunjukkan bahwa paling banyak berada di kategori sedang sebanyak 105 responden (59,0%).
- 5.1.3 Berdasarkan hasil analisis statistik didapatkan p value 0,001 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara *body shaming* dengan kepercayaan diri pada siswi SMP Negeri 6 Banjarmasin.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi sumber informasi terkait permasalahan *body shaming* terhadap kepercayaan diri, sehingga dapat memahami resiko yang di timbulkan dari perlakuan *body shaming* terhadap kepercayaan diri.

5.2.2 Saran Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini khususnya untuk profesi keperawatan stase kejiwaan, dapat memberikan edukasi terkait kesehatan mental dengan tujuan untuk mengurangi kejadian *body shaming*.

5.2.3 Saran Untuk Institusi Kampus

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi sumber informasi dan bahan masukan dalam memperbanyak referensi serta pengembangan keperawatan dimasa mendatang khususnya tentang *body shaming* dan kepercayaan diri.

5.2.4 Saran Untuk Perawat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi perhatian dalam keperawatan jiwa. Sehingga diperlukan tindakan untuk mencegah terjadinya *body shaming* yang akan menjadi stressor bagi kesehatan jiwa seseorang. Dengan memberikan edukasi mengenai tindakan *body shaming* dan pengaruhnya pada kesehatan jiwa seseorang, dan diharapkan adanya konseling untuk korban *body shaming*.

5.2.5 Saran Untuk Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini diketahui bahwa masalah *body shaming* di sekolah perlu lebih diperhatikan oleh pihak sekolah karena berpengaruh terhadap kepercayaan diri mereka. Pihak sekolah diharapkan dapat lebih mendisiplinkan khususnya terkait penampilan seperti contoh tidak memperbolehkan menggunakan aksesoris berlebih di sekolah untuk mencegah terjadinya *body shaming* serta diharapkan pihak sekolah dapat melakukan sosialisasi terkait dampak negatif dari perlakuan *body shaming*.

5.2.6 Saran Untuk Siswi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadikan acuan bahwa perlunya mensyukuri apa yang telah dimiliki diri sendiri dan tidak membandingkan diri sendiri dengan orang lain yang justru akan membuat lebih tidak percaya diri.

5.2.7 Saran Untuk Keluarga/Masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini bisa memberikan informasi, edukasi dan menambah wawasan terkait dampak dari perlakuan *body shaming* terhadap kepercayaan diri yang terjadi pada remaja agar kejadian *body shaming* khususnya pada remaja dapat dikurangi bahkan dihindari.

5.2.8 Saran Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar bisa memperkuat dan mengembangkan penelitian khususnya yang berkaitan dengan masalah *body shaming* dengan kepercayaan lain, dan juga diharapkan dapat meneliti hal-hal terkait body shaming dan kepercayaan diri pada remaja yang lebih spesifik seperti hubungannya dengan harga diri, citra tubuh, dan penerimaan diri dan lainnya supaya bisa memperluas pengetahuan.