

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian tentang Hubungan *Body Image* dan Komparasi Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Remaja Di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Di Jakarta Selatan, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini dapat diketahui bahwa dari 97 responden, karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia mayoritas paling banyak oleh perempuan (92,8%) responden. Sedangkan berdasarkan usia mayoritas responden paling banyak berusia 17 tahun (47,4%).

Berdasarkan hasil penelitian ini terdapat responden yang paling banyak distribusi frekuensi pada *Body Image* negatif sebanyak 64 orang (66%) dan responden dengan *Body Image* positif sebanyak 33 orang (34%), kemudian responden dengan distribusi frekuensi pada komparasi sosial tinggi sebanyak 67 orang (69,1%), dan responden dengan komparasi sosial rendah sebanyak 30 orang (30,9%), kemudian responden dengan distribusi frekuensi pada kecemasan sosial berat sebanyak 11 orang (11,3%), responden dengan kecemasan sosial sedang sebanyak 77 orang (79,4%), dan responden dengan kecemasan sosial ringan sebanyak 9 orang (9,3%).

Penelitian ini didapatkan hasil bahwa keseluruhan hubungan yang diangkat yaitu hubungan *body image* ($P Value = 0,008$), dan hubungan komparasi sosial ($P Value = 0,025$) memiliki hubungan yang signifikan terhadap kecemasan sosial pada Remaja di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada di Jakarta Selatan

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Sekolah

Kepada pihak sekolah untuk memberikan penyuluhan kesehatan remaja sehingga lebih percaya diri serta tidak melakukan membandingkan diri sendiri dengan bentuk dan ukuran tubuh yang bisa menyebabkan kecemasan sosial, dengan melibatkan guru bimbingan konseling.

5.2.2 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional melakukan pengabdian masyarakat dalam hal mensosialisasikan terkait *body image*, komparasi sosial dan kecemasan sosial kepada seluruh siswa di SMK Kesehatan.

5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya akan lebih perhatikan faktor lain. Kecemasan sosial tidak hanya mempengaruhi *body image* dan komparasi sosial, tetapi ada banyak faktor lain seperti kepercayaan diri, motivasi, pola asuh, harga diri dan dukungan sosial, yang dihubungkan dengan kepercayaan diri dengan pola asuh, konsep diri dengan motivasi, dukungan sosial dengan kepercayaan diri.