

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMPN 30 Padang tentang hubungan citra tubuh dengan harga diri pada remaja awal putri di SMPN 30 Padang yang berjumlah 196 responden yang dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah remaja awal putri memiliki citra tubuh negatif
2. Lebih dari setengah remaja awal putri memiliki harga diri rendah
3. Ada hubungan yang bermakna antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja awal putri di SMPN 30 Padang.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan diri dan kemampuan peneliti sehingga dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapat di bangku kuliah dalam bentuk penelitian.



## 2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bagi pihak sekolah sebaiknya memfasilitasi siswi dengan memberikan bimbingan konseling yaitu penerapan konseling realita untuk meningkatkan citra tubuh dan harga diri dengan cara menggali potensi diri siswi dengan menghindari sikap menghakimi dan menerima dirinya yang mengarah kepada harapan-harapan yang realistis, seperti mengajak berdiskusi mengenai minat dan bakat yang dimiliki seperti dibidang olahraga, seni dan karya ilmiah merupakan cara untuk mengarahkan remaja dalam melepaskan energi mereka pada hal yang positif. serta membentuk kelompok-kelompok belajar agar dapat digunakan sebagai wadah untuk menyalurkan pengungkapan diri siswi. Serta menambah informasi, dan bahan referensi di perpustakaan khususnya mengenai hubungan antara citra tubuh dengan harga diri pada remaja awal putri di SMP N 30 Padang.

## 3. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan mutu pelayanan kesehatan, pengembangan pengetahuan institusi dan profesi keperawatan dalam upaya peningkatan citra tubuh dan harga diri khususnya pada remaja.

## 4. Penelitian Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti bagaimana teknik untuk meningkatkan citra tubuh dan harga diri pada remaja dan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai dasar dan bahan masukan bagi peneliti selanjutnya.





