

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada BAB sebelumnya, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif dan berarti (signifikan) antara *body dissatisfaction* dengan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Kota Jambi. Terlihat dari hasil analisis korelasi didapatkan nilai Sig. sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Selanjutnya didapatkan hasil  $r$  hitung sebesar  $-0.546$  dan ditafsirkan sebagai korelasi sedang yaitu terdapat hubungan yang memadai antara kedua variabel. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah *body dissatisfaction* maka semakin tinggi komunikasi interpersonal. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi *body dissatisfaction* maka semakin rendah komunikasi interpersonal siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Kota Jambi.

#### B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan beberapa saran antara lain yaitu sebagai berikut:

##### 1. Bagi Siswa

Bagi siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Kota Jambi diharapkan dapat mengerti akan dampak negatif dari *body dissatisfaction* yang mengakibatkan terhambatnya proses komunikasi interpersonalnya serta keberhasilan proses belajarnya dan juga diharapkan dapat menerima tubuhnya apa adanya.

## 2. Bagi Guru Bimbingan Konseling

Bagi guru bimbingan konseling diharapkan dapat melakukan kegiatan layanan yang dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa dan selalu mengingatkan siswa agar dapat memandang positif tubuhnya sendiri.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang sama diharapkan untuk memperluas lagi sampel penelitiannya serta dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang menyebabkan rendahnya komunikasi interpersonal yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Serta dampak lain yang ditimbulkan dari *body dissatisfaction* yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

### **C. Implikasi Penelitian Bagi Bimbingan Konseling**

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *body dissatisfaction* yang dialami siswa dengan komunikasi interpersonal siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Kota Jambi. Dari hasil tersebut dapat dijadikan refleksi dan menjadi bahan dalam pengembangan pelaksanaan layanan bagi guru khususnya guru bimbingan konseling. Diharapkan guru bimbingan konseling dapat meningkatkan pelaksanaan layanan dan dapat mengembangkan program layanan terkait bidang pribadi.

Maka di sinilah peran bimbingan konseling dalam menjalankan fungsi-fungsinya diantaranya yaitu fungsi pencegahan. Fungsi pencegahan tersebut yaitu berupaya mencegah siswa agar tidak mengalami ataupun merasakan ketidakpuasan pada tubuh dan juga memandang negatif tubuhnya sendiri. Serta

fungsi perbaikan yaitu dalam hal membantu siswa untuk mengubah hal yang kurang baik menjadi lebih baik. Dalam hal ini membantu siswa agar dapat memperbaiki komunikasi interpersonalnya yang masih kurang. Sehingga peran bimbingan konseling diharapkan dapat mengentaskan permasalahan yang dihadapi siswa yang dapat mengganggu ataupun menghambat proses perkembangannya.

Adapun bentuk implikasi dalam kegiatan bimbingan konseling yang dapat dilakukan diantaranya yaitu berupa program layanan penguasaan konten terkait komunikasi interpersonal, layanan bimbingan kelompok dan konseling kelompok dengan tema mengetahui dampak dari *body dissatisfaction* ataupun dengan tema manfaat dari berkomunikasi yang baik. Melalui pelaksanaan layanan tersebut, guru bimbingan konseling dapat melatih siswa dengan cara mengajak siswa untuk aktif dalam kegiatan layanan dengan memberikan kesempatan untuk bertanya, menjawab pertanyaan, dan juga mengemukakan ide-ide yang dimiliki oleh siswa. Selanjutnya, guru bimbingan konseling dapat memberikan tindak lanjut kepada siswa yang mengalami *body dissatisfaction* berupa layanan konseling individual guna membangun citra diri yang positif pada siswa.