

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian dan analisis data penelitian yang telah dibahas pada bab sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa konsep *self love* secara teologis untuk mengatasi *body shamming* pada generasi z di GTM Bukit Sion Batu Peluru, setiap orang harus mencintai dirinya sendiri dalam kehidupan ini, setiap orang harus mencintai dirinya sendiri. Mencintai diri sendiri adalah bagian teologi yang sangat penting dari kehidupan manusia. Sehingga penerapan akan hal itu semestinya terus dilakukan dalam kehidupan sehari-hari dalam keadaan apapun.

Cinta kepada diri sendiri adalah pemberian kepada diri sendiri dan juga sesama ciptaan Tuhan dalam pengajaran Kristus; ini meningkatkan pertumbuhan fisik, mental, dan spiritual. Penghargaan diri berarti menghargai apa yang Anda rasakan, pikirkan, percaya, dan percaya pada diri Anda sendiri. Seseorang mengakui bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menyampaikan gagasan dan mengharapkan orang lain menghargainya. Dia mengakui dan menerima kesalahannya, memaafkan dirinya sendiri, dan belajar dari kesalahannya. Ini adalah gambaran diri yang baik, harga diri, dan cinta diri. Namun, cinta diri tidak benar jika

menunjukkan pemuliaan diri yang mementingkan diri dan mencari keuntungan diri sendiri.

Selain itu, pada generasi z di GTM Bukit Sion Batu Peluru mereka memahami dengan baik tentang buruknya dampak perilaku *body shaming* akan tetapi mereka masih terus melakukannya dengan alasan hal tersebut menjadi sesuatu yang menarik jika dilakukan. Para korban *body shaming* juga memahami maksud dari *self love* namun mereka belum menerapkan konsep tersebut dalam kehidupan sehari-hari terkhusus pada saat mereka mengalami tindakan *body shaming*.

B. Saran

1. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan skripsi ini bisa menjadi inspirasi bagi peneliti selanjutnya terutama dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan analisis teologis konsep *self love* untuk mengatasi *body shaming* pada generasi Z.

2. Bagi Pelaku *Body Shaming*

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi inspirasi bagi generasi Z agar tidak melakukan tindakan *body shaming* terhadap orang-orang yang ada di dalam lingkungan sosialnya.

3. Bagi Korban *Body Shaming*

Diharapkan agar penelitian ini bisa menjadi inspirasi bagi para korban perilaku *body shaming*. Sehingga pada saat mereka mengalami perlakuan *body shaming* dari orang lain, mereka bisa mengantisipasi kerugian pada diri mereka dengan cara menerpakan konsep *self love*.