

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Gaya Hidup Hedonisme terhadap Kejadian Anoreksia Nervosa pada Remaja di SMK Swasta Harapan Stabat. Hal ini dilihat dari nilai koefisien korelasi dengan uji korelasi spearman rank sebesar 0,001 (p value) yang dimana $p \text{ value} < \alpha (0,05)$. Berdasarkan tingkatan korelasi koefisien dari variabel gaya hidup hedonisme dan kejadian anoreksia nervosa diperoleh sebesar 0,330 yang artinya tingkatan pengaruh antara dua variabel berada pada tingkatan cukup kuat dan angka korelasi yang ditunjukkan bernilai positif maka pengaruh antara dua variabel searah, yang dimana semakin variabel x dipengaruhi oleh variabel y, semakin tinggi variabel gaya hidup hedonisme maka semakin tinggi kejadian anoreksia nervosa dapat terjadi.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan siswa/i di SMK Swasta Harapan Stabat memiliki tingkat gaya hidup hedonisme dengan kategori rendah. Hal ini ditunjukkan melalui hasil analisis, bahwa siswa/i dengan gaya hidup hedonisme kategori rendah sebesar 66,67 %, kategori sedang sebesar 22,22 % dan kategori tinggi sebesar 11,11 %.
3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan siswa/i di SMK Swasta Harapan Stabat memiliki tingkat kejadian anoreksia nervosa dengan kategori sedang. Hal ini ditunjukkan melalui analisis yang telah dilakukan

bahwa siswa/i dengan kejadian anoreksia kategori rendah sebesar 5,56 %, kategori sedang sebesar 87,77 % dan kategori tinggi sebesar 6,67 %.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan maka terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan masukan, antara lain :

1. Bagi Siswa SMK Harapan Stabat

Peneliti menyarankan kepada para siswa agar dapat memilah atau memilih mana perilaku yang baik untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan mana perilaku yang tidak baik untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan jangan terlalu mengikuti perkembangan zaman yang dapat mengarah ke hal negatif karena pada masa remaja inilah merupakan masa yang rentan bagi mereka karena pemikiran mereka yang masih labil sehingga mereka mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar mereka.

2. Bagi Sekolah

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti menyarankan kepada pihak sekolah untuk menyelenggarakan penyuluhan kesehatan bagi remaja mengenai terutama mengenai gizi yang baik bagi remaja agar mampu menghindari penyakit-penyakit yang berdampak buruk bagi kesehatan remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan agar mampu untuk mempelajari variabel-variabel lain yang dapat memengaruhi terjadinya kejadian anoreksia nervosa agar penelitian selanjutnya mendapatkan hasil yang lebih maksimal.