

BAB V

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai “Hubungan Citra Tubuh Dan Pola Makan Dengan Status GIZI Remaja Di SMA Negeri 6 Medan” dapat disimpulkan bahwa:

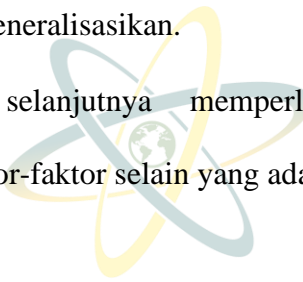
1. 46 responden (56.8%) memiliki citra tubuh positif, sedangkan 35 responden (43.2%) memiliki citra tubuh negatif.
2. 31 responden (38.3%) memiliki pola makan baik, sedangkan 50 responden (61.7%) memiliki pola makan kurang baik.
3. 43 responden (53.1%) paling banyak memiliki status gizi normal, sedangkan 3 responden (3.7%) paling sedikit memiliki status gizi obesitas.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara citra tubuh dengan status gizi remaja di SMA Negeri 6 Medan dengan nilai $p\text{-value} = 0,016$.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi remaja di SMA Negeri 6 Medan dengan nilai $p\text{-value} = 0,045$.

1.2 Saran

Saran yang dapat diberikan pada pihak yang terkait:

- Disarankan agar subjek penelitian lebih memantau status gizinya dengan mencatat tinggi badan dan berat badan secara teratur. Dan subjek dengan citra tubuh yang positif juga diharapkan akan terus memiliki pendapat yang baik tentang karakteristik fisik mereka.

- Sekolah harus berperan aktif dalam mengedukasi orang tua di rumah tentang kesehatan anak, khususnya tentang pola makan yang sehat, waktu makan, porsi makan, pemilihan makanan dengan mempertimbangkan nutrisi, dan pemantauan berat badan remaja.
- Diharapkan penelitian selanjutnya melibatkan lebih banyak subjek untuk menghasilkan data yang mewakili populasi umum dan memungkinkan distribusi data dapat digeneralisasikan.
- Diharapkan peneliti selanjutnya memperluas penelitiannya dengan memfokuskan pada faktor-faktor selain yang ada dalam penelitian ini.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN