

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Responden mayoritas berusia 16 tahun sebesar 49,7%, jenis media sosial yang sering digunakan adalah Instagram sebesar 92,4%, dan tujuan penggunaan media sosial sebagian besar responden menunjukkan untuk berkomunikasi dengan teman dan keluarga sebesar 94,5%.
- b. Responden secara dominan memiliki kebiasaan makan yang tidak baik sebesar 51%.
- c. Lebih dari setengah responden memiliki *body image* negatif (62,8%).
- d. Responden mempunyai frekuensi penggunaan media sosial tinggi (>1x/hari) sebesar 68,3%, responden mempunyai durasi penggunaan media sosial tinggi (≥ 5 jam) sebesar 55,9%, dan mempunyai intensitas penggunaan media sosial sangat tinggi sebesar 95,2%.
- e. Terdapat hubungan antara *body image* ($p = 0,001$) dengan kebiasaan makan pada remaja putri di SMAN 1 Kota Serang dan tidak terdapat hubungan antara frekuensi ($p = 0,288$), durasi ($p = 0,469$), dan intensitas ($p = 0,715$) penggunaan media sosial dengan kebiasaan makan pada remaja putri di SMAN 1 Kota Serang.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

- a. Memerhatikan intensitas penggunaan media sosial dan merubah persepsi *body image* agar dapat mencegah terjadinya perubahan kebiasaan makan yang dapat memicu masalah kesehatan.

V.2.2 Bagi Institusi

- a. Mengadakan penyuluhan kepada siswi mengenai kebiasaan makan yang tepat untuk menjaga kesehatan dan perkembangan tubuh.

V.2.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

- a. Penelitian berikutnya diharapkan menggunakan lebih banyak faktor yang dapat memengaruhi kebiasaan makan agar dapat menggambarkan kebiasaan makan dengan lebih akurat.