

BAB V

PENUTUP

V.1. Kesimpulan

- a. Sebagian besar responden yaitu 56% berusia 16 tahun. Responden mayoritas menggunakan Tiktok sebagai *social media* yang sering digunakan dengan persentase sebesar 36,7%. Tujuan mayoritas responden dalam menggunakan *social media* yaitu sebagai sarana hiburan/bersenang-senang dengan persentase 38%. Mayoritas responden menyukai laki-laki sebagai selebriti favorit dengan persentase 69,3%, kategori idola yang disukai oleh responden mayoritas berasal dari penyanyi dengan persentase 29,3%, asal benua selebriti favorit responden yang menjadi mayoritas berasal dari benua Asia dengan persentase 75,3%.
- b. Sebanyak 58% responden di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 memiliki jenis kelamin perempuan dan 42% responden memiliki jenis kelamin laki-laki.
- c. Sebanyak 22% responden di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 memiliki persepsi citra tubuh negatif.
- d. Sebanyak 24,7% responden di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 memiliki status gizi lebih dan obesitas.
- e. Mayoritas responden di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 memiliki intensitas penggunaan *social media* sangat tinggi dengan persentase sebesar 81,3%.
- f. Mayoritas responden di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 memiliki tingkat *celebrity worship* yang tinggi dengan persentase sebesar 52%.
- g. Sebanyak 28,7% responden di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang kurang.
- h. Sebanyak 23,3% responden di SMAN 7 Tangerang berisiko mengalami gangguan makan.
- i. Tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025.

- j. **Terdapat** hubungan antara persepsi citra tubuh dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025 (OR = 4,85 95% CI (2,09-11,25)).
- k. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025.
- l. Tidak terdapat hubungan antara intensitas penggunaan *social media* dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025.
- m. Tidak terdapat hubungan antara *celebrity worship* dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025.
- n. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan risiko terjadinya gangguan makan pada siswa di SMAN 7 Tangerang tahun 2025.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Subjek Penelitian

Diharapkan responden dapat mengetahui batasan dalam menyukai selebriti agar tidak berdampak negatif bagi kehidupan sehari-hari, tidak berlebihan dalam menggunakan *social media*, menghargai dan meningkatkan kepercayaan diri agar memiliki persepsi citra tubuh yang positif, menjaga kesehatan bentuk tubuh serta mengonsumsi makanan sesuai dengan pesan gizi seimbang dan memperhatikan zat gizi apa saja yang dibutuhkan oleh tubuh agar terhindar dari risiko terjadinya gangguan makan.

V.2.2 Bagi SMAN 7 Tangerang

Diharapkan SMAN 7 Tangerang dapat memberikan pengetahuan melalui acara seminar seputar pedoman gizi seimbang mengenai pesan gizi seimbang dan zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, menjaga berat badan ideal, serta meningkatkan kepercayaan diri agar terhindar dari risiko gangguan makan pada remaja. Peneliti juga menyarankan agar kantin sekolah menyediakan makanan yang sesuai dengan pedoman gizi seimbang untuk mencegah adanya perburukan dari risiko gangguan makan dan gizi lebih dari siswa-siswi SMAN 7 Tangerang dengan memperbaiki pola makan dan pemilihan makanan yang lebih sehat sehari-harinya.

V.2.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian dan dipublikasi jurnal serta menggunakan pendekatan kualitatif agar dapat mengetahui pemahaman mendalam mengenai risiko gangguan makan, terutama mengenai persepsi citra tubuh dan *celebrity worship* terhadap risiko terjadinya gangguan makan pada remaja. Diperlukan juga adanya penelitian pada lingkup yang lebih luas dikarenakan banyaknya individu yang memiliki citra tubuh negatif.