

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

- a. Sebesar 46,2% mahasiswi yang mengalami kecenderungan perilaku makan menyimpang. Dilihat dari jurusan FISIP lebih tinggi mengalami kecenderungan PMM yaitu sebesar 47% dibandingkan dengan jurusan FIKES hanya 45,5%.
- b. Responden yang memiliki kecenderungan perilaku makan menyimpang berdasarkan kriteria anoreksia nervosa sebesar 35,6%, bulimia nervosa sebesar 40,2%, dan BED sebesar 30,3%.
- c. Gambaran faktor individu diantaranya yaitu lebih banyak responden berpengetahuan kurang, lebih banyak responden berpersepsi negatif terhadap citra tubuhnya, lebih banyak responden tidak mempunyai riwayat diet, dan lebih banyak responden yang melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga rutin.
- d. Gambaran faktor lingkungan diantaranya yaitu lebih banyak responden tidak dipengaruhi keluarga, dan lebih banyak responden sering mengakses media massa internet.
- e. Faktor individu yang menunjukkan adanya hubungan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang yaitu variabel citra tubuh, sedangkan variabel pengetahuan, aktifitas fisik, riwayat diet, dan status gizi tidak menunjukkan adanya hubungan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang.
- f. Faktor lingkungan yang menunjukkan adanya hubungan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang yaitu variabel keterpaparan media internet, sedangkan variabel pengaruh keluarga, keterpaparan majalah dan televisi tidak menunjukkan adanya hubungan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Universitas

Saran dari penulis untuk dapat diterapkan di universitas yaitu sebagai berikut:

- a. Diharapkan pihak fakultas mengadakan kegiatan penyuluhan dan penyebarluasan informasi mengenai pengetahuan tentang gizi remaja yang baik, cara menghitung indeks massa tubuh, serta cara mengatur pola makan yang baik agar tetap dapat menjaga tubuh tanpa harus melakukan diet. Sehingga kejadian PMM dapat dicegah sedini mungkin.
- b. Diharapkan pihak fakultas memberikan promosi kesehatan dengan menggunakan poster dan leaflet gratis mengenai pola makan yang sehat, membenarkan persepsi mengenai berat badan ideal, dan menekankan bahwa Perilaku Makan Menyimpang (PMM) memiliki banyak sekali dampak buruk terhadap kesehatan sehingga kemungkinan besar kejadian PMM dapat dicegah sedini mungkin.

V.2.2 Bagi Peneliti lain

Saran yang diharapkan dari peneliti selanjutnya dapat meneliti menggunakan design lain seperti *case control*. Ataupun pada populasi lain yang memiliki resiko lebih besar melakukan PMM seperti pada sekolah modelling, sekolah atlet dan pramugari.