

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

- a. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak 84 siswi di Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta mengalami kekurangan energi kronis.
- b. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar siswi di Madrasah Aliyah Negeri 7 Jakarta memiliki citra tubuh negative.
- c. Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara citra tubuh dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan variabel citra tubuh ( $p$ -value = 0,017) berhubungan dengan kekurangan energi kronis.
- d. Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara citra tubuh dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan variabel evaluasi penampilan ( $p$ -value = 0,009) berhubungan dengan kekurangan energi kronis.
- e. Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara citra tubuh dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan variabel orientasi penampilan ( $p$ -value = 0,020) memiliki hubungan dengan kekurangan energi kronis.
- f. Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara citra tubuh dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan variabel kepuasan terhadap bagian tubuh ( $p$ -value = 0,038) berhubungan dengan kekurangan energi kronis.
- g. Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara citra tubuh dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan variabel kecemasan menjadi gemuk ( $p$ -value = 0,008) memiliki hubungan dengan kekurangan energi kronis.
- h. Berdasarkan hasil penelitian hubungan antara citra tubuh dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan variabel mengklasifikasikan tubuh ( $p$ -value = 0,018) berhubungan dengan kekurangan energi kronis.

- i. Berdasarkan penelitian hubungan dukungan teman sebaya dengan kekurangan energi kronis (KEK) didapatkan hasil adanya hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kekurangan energi kronis (KEK) ( $p$ -value = 0,000).

## **V.2 Saran**

### **V.2.1 Bagi Responden**

Saran bagi responden diharapkan untuk lebih mendapatkan informasi terkait gizi pada remaja dan juga pedoman gizi seimbang untuk lebih meningkatkan pengetahuan dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Informasi terkait gizi pada remaja dan juga pedoman gizi seimbang dapat di temukan dengan membuka situs internet dengan kata kunci gizi remaja.

### **V.2.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Saran untuk institusi pendidikan adalah diharapkan lingkungan sekolah dan tenaga pendidik dapat menjadi contoh yang baik bagi siswa di sekolah perihal citra tubuh dan dukungan teman yang baik. Institusi pendidikan diharapkan memberikan edukasi kesehatan dalam bentuk penyuluhan atau konseling dengan bahasan khusus pada gizi remaja putri. Penyuluhan atau konseling dapat dilakukan dengan cara berkala.

### **V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lebih lanjut dengan variabel yang berbeda serta dengan teknik penelitian yang inovatif mengenai status gizi khususnya kekurangan energy kronik (KEK) agar memperbanyak sumber penelitian terkait topik tersebut.