

BAB V

KESIMPULAN

V.1. Kesimpulan

- a. Status obesitas siswa di SMA Negeri 5 Depok tergolong tidak obesitas, yaitu sebanyak 87 siswa (91,6%)
- b. Sebagian besar siswa di SMA Negeri 5 Depok berusia 16 tahun serta tidak mengalami obesitas dengan proporsi sebanyak 53 siswa (86,9%)
- c. Sebagian besar siswa di SMA Negeri 5 Depok berjenis kelamin perempuan serta tidak mengalami obesitas dengan proporsi sebanyak 55 siswa (96,5%)
- d. Pendidikan orang tua siswa di SMA Negeri 5 Depok tergolong dalam kelompok tinggi serta tidak mengalami obesitas dengan proporsi sebanyak 77 responden untuk pendidikan Ayah (90,6%) dan 74 responden untuk pendidikan Ibu (91,4%)
- e. Pendapatan orang tua siswa di SMA Negeri 5 Depok tergolong dalam kelompok rendah serta tidak mengalami obesitas dengan proporsi sebanyak 56 responden (87,5%)
- f. *Body image* siswa di SMA Negeri 5 Depok tergolong dalam kategori *body image* positif, yaitu sebanyak 53 siswa (55,8%)
- g. Perilaku makan siswa di SMA Negeri 5 Depok tergolong dalam kategori tidak berisiko mengalami perilaku makan menyimpang, yaitu sebanyak 77 (81,9%)
- h. Tidak ada hubungan yang bermakna antara *body image* dengan status gizi obesitas pada siswa di SMA Negeri 5 Depok ($p\text{-value} = 0,276$)
- i. Ada hubungan yang bermakna antara perilaku makan menyimpang dengan status gizi obesitas pada siswa di SMA Negeri 5 Depok ($p\text{-value} = 0,000$)

V.2. Saran

V.2.1. Bagi Responden

Diharapkan untuk siswa yang memiliki *body image* negatif untuk menambah wawasan terkait berat badan ideal yang benar agar dapat merubah persepsi dirinya terkait bentuk tubuh yang ideal dan tidak melakukan estimasi berlebih terkait berat badannya serta mulai menghargai dan menerima bentuk tubuhnya sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri terhadap penampilannya serta diharapkan hal tersebut juga dapat memberikan dampak yang baik pada perilaku makan siswa.

V.2.2. Bagi Institusi

Diharapkan pihak sekolah SMA Negeri 5 Depok dapat memberikan materi edukasi terkait gizi mengenai obesitas dan perilaku makan yang sehat, serta melakukan sosialisasi terkait *body image* dan berat badan ideal yang benar agar siswa dapat menerima dan menghargai bentuk tubuhnya serta memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik.

V.2.3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan untuk penelitian terkait *body image* selanjutnya dapat dilakukan dengan metode kualitatif serta untuk penelitian terkait perilaku makan menyimpang, diharapkan dapat melakukan pengukuran terkait asupan makan responden sebagai pendukung gambaran dari hubungan perilaku makan menyimpang dengan status obesitas.