

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Hasil penelitian didapatkan bahwa:

- 5.1.1 Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (53,1%), *body image* negatif (59,4%), pola makan kurang baik (57,3%), pengetahuan mengenai gizi yang baik (67,7%) dan perilaku jajan yang baik (55,2%).
- 5.1.2 Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image*, pola makan dan perilaku jajan dengan status gizi pada remaja putri di SMAN 28 Jakarta ($p\text{ value}<0,05$).
- 5.1.3 Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan status gizi pada remaja putri di SMAN 28 Jakarta ($p\text{ value}>0,05$).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi remaja

Dapat meningkatkan *body image* yang positif, mengatur pola makan yang baik dan memilih jajanan yang baik.

5.2.2 Bagi sekolah

Dapat melakukan penyuluhan yang mendalam terkait *body image* yang positif, pola makan yang baik dan perilaku jajan yang baik

5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Dapat melakukan penelitian lain yang sama atau sejenis dengan menggunakan variabel yang berbeda dengan penelitian ini terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi pada remaja putri.