

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dikemukakan maka kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini berdasarkan hipotesis yaitu hasil pengujian hipotesis didapat temuan sebagai berikut

1. ada hubungan *body image* terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan *body image* terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 344,143 (112,300-1.054,624), artinya responden yang memiliki *body image* negatif mempunyai peluang sebesar 344,143 (344) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan *body image* positif
2. ada hubungan pola makan terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan pola makan terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 4,843 (2,743-8,548), artinya responden yang memiliki pola makan yang kurang sehat mempunyai peluang sebesar 4,843 (5) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan pola makan yang sehat
3. ada hubungan pengetahuan gizi terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan pengetahuan gizi terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 5,571 (3,203-9,689), artinya responden yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang mempunyai peluang sebesar 5,571 (6) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan pengetahuan gizi yang baik.
4. ada hubungan perilaku jajan terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil uji statistik *chi square*

menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan perilaku jajan terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 36,211 (17,841-73,494), artinya responden yang memiliki perilaku jajan yang kurang sehat mempunyai peluang sebesar 17,841 (18) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan perilaku jajan yang sehat.

5. ada hubungan penyakit terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan penyakit terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 5,222 (3,041-8,968), artinya responden yang sakit mempunyai peluang sebesar 5,222 (5) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan yang sehat.
6. ada hubungan pendapatan orang tua terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan pendapatan orang tua terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 4,870 (2,741-8,650), artinya pendapatan orang tua yang rendah mempunyai peluang sebesar 4,870 (5) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan pendapatan orang tua yang tinggi.
7. ada hubungan kesehatan fisik terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan kesehatan fisik terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 3,824 (2,231-6,554), artinya responden yang memiliki kesehatan fisik yang rendah mempunyai peluang sebesar 3,824 (4) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan kesehatan fisik yang baik.

8. ada hubungan kesehatan mental terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan kesehatan mental terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 4,330 (2,533-7,402), artinya responden yang memiliki kesehatan mental yang tinggi mempunyai peluang sebesar 4,3304 (4) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan kesehatan mental yang rendah.
9. ada hubungan dukungan tenaga kesehatan terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan dukungan tenaga kesehatan terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 18,159 (9,620-34,275), artinya responden yang memiliki dukungan tenaga kesehatan yang kurang mempunyai peluang sebesar 18,159 (18) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan dukungan tenaga kesehatan yang baik.
10. ada hubungan dukungan orang tua terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan dukungan orang tua terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai OR sebesar (95% CI = 10,514 (5,454-20,271), artinya responden yang memiliki dukungan orang tua yang kurang mempunyai peluang sebesar 10,514 (11) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan dukungan orang tua yang baik.

berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa dari variabel yang diteliti yaitu body image, pola makan, pengetahuan gizi, perilaku jajan, penyakit, pendapatan orang tua, kesehatan fisik, kesehatan mental, dukungan tenaga kesehatan, dukungan orang tua. berdasarkan 10 variabel, variabel yang terbesar yang berhubungan adalah variabel *body*

berdasarkan hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai *p value* sebesar $0,001 \leq 0,05$, berarti adanya hubungan *body image* terhadap status gizi pada remaja putri di wilayah tapos kota depok. berdasarkan hasil analisis diperoleh pula nilai *or* sebesar (95% *ci* = 361,000 (57,582-2.263,239), artinya responden yang memiliki *body image* negatif mempunyai peluang sebesar 361,000 (361) kali memiliki status gizi yang tidak normal dibandingkan dengan *body image* positif..

5.2 Saran

Saran-saran dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Wilayah Tapos Kota Depok

Diharapkan dapat memberikan edukasi dengan mengadakan penyuluhan tentang status gizi remaja di Wilayah Tapos Kota Depok selama mungkin belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi makanan. Dalam keadaan status gizi normal remaja memiliki pola makan yang baik dan medapat dukungan dari orang tua dimana menyediakan makanan yang bergizi dan memantau pola makan remaja. Setiap remaja akan mengalami growth spurt atau masa pertumbuhan.

2. Bagi Remaja Wilayah Tapos Kota Depok

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuannya terutama tentang status gizi serta *body image*. *Body image* secara garis besar merupakan persepsi seseorang tentang tubuhnya terutama yang berkaitan dengan penilaian orang lain terhadap tubuhnya. Persepsi ini dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuhnya yang sebenarnya,

perasaannya tentang bentuk tubuhnya dan harapannya terhadap bentuk dan ukuran tubuh yang diinginkan. Jika harapan ini tidak sesuai dengan keadaan tubuh yang sebenarnya, maka ini dianggap sebagai citra tubuh yang negatif. Remaja putri cenderung berpikir positif tentang tubuh mereka ketika mereka merasa bentuk badan mereka sudah sesuai dengan napa yang mereka inginkan baik kurus maupun gemuk. Kepuasaan remaja akan citra tubuhnya menjadi sangat penting dan dapat menunjukkan peranan yang signifikan dalam memprediksi munculnya depresi

Diharapkan para remaja dapat mencari informasi atau bertanya kepada guru, petugas kesehatan, media cetak atau media elektronik, serta diharapkan remaja dengan telah diberikannya edukasi tentang status gizi yang berdampak serta beresiko ke hal yang lainnya seperti pertumbuhan tubuh, perkembangan otak ataupun mudah terinfeksi dan imunitas menurun dapa mudah sakit.

3. Bagi Institusi

Diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi dan masukan bagi pihak institusi khususnya mengenai status gizi pada remaja, sehingga dari pihak institusi pendidikan dapat menyediakan suatu bentuk pembelajaran atau pendidikan kesehatan dengan membuat program edukasi khusus status gizi seperti workshop, penyuluhan, seminar, dll dan di aplikasikan di masyarakat.

4. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti lain untuk melibatkan variabel lain yang tidak tercantum dalam penelitian ini dan analisa data yang lebih dipertajam didalam penelitian yang lebih lanjut agar dapat mencari cara terbaik untuk meningkatkan kesadaran dan penerapan perilaku sehat

dikalangan populasi

