

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa citra tubuh remaja dengan status gizi lebih di SMP Negeri 1 Wagir dengan jumlah total responden 25 orang, diperoleh data bahwa sebagian besar dengan kategori citra tubuh positif yaitu sejumlah 18 orang (72%) dan sebagian kecil dengan kategori citra tubuh negatif yaitu sejumlah 7 orang (28%).

5.2 Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi perawat

Bagi perawat dipuskesmas diharapkan untuk memberikan penyuluhan tentang pola hidup yang sehat dan adanya program konseling khususnya citra tubuh pada siswa yang mengalami gizi lebih.

2. Bagi Sekolah

Bagi pihak sekolah diharapkan untuk memberikan Pendidikan kesehatan mengenai gizi seimbang dan diet sehat untuk menurunkan berat badan dan sebagai referensi untuk mendapatkan gambaran mengenai citra tubuh.

3. Bagi Responden

Bagi responden hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi siswa yang mengalami gizi lebih dapat waspada terhadap berat badan agar tidak semakin bertambah dan tetap percaya diri memandang bentuk tubuhnya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar digunakan sebagai bahan perbandingan, bahan pembelajaran dan data awal untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan variabel lain yang menunjang.



DAFTAR PUSTAKA

- Anthony, R. (2009). rahasia puncak percaya diri total. *jurnal mitra sejati*, 5.
- Atikah Proverawati, S. M. (2010). *obesitas dan gangguan perilaku makan pada remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ayu, P. A. (2017). hubungan citra tubuh terhadap perilaku diet pada remaja putri. *fakultas ilmu kesehatan*, 7.
- Cahyaningrum, H. D. (2013). hubungan antara body image dengan status gizi pada remaja putri kelas 11 IPS di SMA Batik 1 Ssurakarta. *Jurnal Penelitian*, 2.
- Damayanti, A. E. (2016). hubungan citra tubuh, aktivitas fisik, dan pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi remaja putri. *fakultas kesehatan masyarakat* , 11-12.
- Ekawati, A. (2014). hubungan obesitas dengan citra tubuh pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan di stikes aisiyah yogyakarta. *sekolah tinggi ilmu kesehatan aisiyah yogyakarta*, 7-9.
- Fassah, D. &. (2014). hubungan anatara body image dengan status gizi remaja putri di SMA katolik frateran malang. *jurnal psikology*, 10.
- Fauziah, I. R. (2012). *Pertumbuhan dan Perkembangan masa remaja*. Purwokerto: Universitas Muhamadiyah Purwokerto.
- Herlina dwi cahyaningrum, e. n. (2013). hubungan antara body image dengan status gizi pada remaja . *jurnal kesehatan* , 1.
- Heryuditasari, K. (2018). hubungan pola makan dengn kejadian obesitas. *fakultas ilmu kesehatan insan cendikia medika*, 5.
- Hidayanti, K. B. (2016). konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *jurnal psikologi indonesia*, 137.
- Hidayat, A. A. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Indika, K. (2010). *gambaran citra tubuh pada remaja yang obesitas*. Medan: Fakultas psikologi universitas sumatera utara.

- Meylda Intantiyana, L. W. (2018). hubungan citra tubuh, aktifitas fisik dan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian obesitas pada remaja putri gizi lebih . *jurnal kesehatan masyarakat*, 404-408.
- Mukhlis, A. (2013). berpikir positif pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh . *Jurnal Psikologi Islam*, 7.
- Notoadmojo. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan . *Rineka Cipta*.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* . Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. In Nursalam, *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (p. 174). Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4* . Jakarta: Salemba Medika.
- Putro, K. Z. (2017). memahami caira dan tugas perkembangan remaja. *jurnal aplikasi ilmu-ilmu agama*, 31.
- Sahnaz, H. S. (2016). Status Gizi Lebih dan Faktor- faktor lain yang Berhubungan Pada Siswa Sekolah Dasar Islam Tirtayasa Kelas IV dan V di Kota Serang Tahun 2014. *Lingkar Widyaaiswara*, 57.
- Saputra, D. L. (2013). pengantar kebutuhan dasar manusia . In D. L. Saputra, *pengantar kebutuhan dasar manusia* (pp. 184-185). jakarta : Binarupa Aksara.
- Syarifatun. (2013). faktor resiko yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih pada remaja diperkotaan . *Unnes Journal of Public Health*, 2.
- Yunita Aria Ningsih, S. T. (2016, OKTOBER 2). gambaran status gizi pada siswa sekolah dasar . *Artikel Penelitian*, p. 2.