

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas, maka dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden yaitu pekerjaan ayah dengan pekerjaan sebagai wiraswasta 25 orang, PNS/TNI/POLRI 24 orang, buruh 6 orang dan tidak bekerja 4 orang. Pekerjaan ibu dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga 29 orang, wiraswasta 21 orang, PNS/TNI/POLRI 5 orang dan buruh 4 orang. Pendidikan ayah sebagian besar termasuk kategori Akademi/perguruan tinggi 57,60 persen. Pendidikan ibu sebagian besar kategori termasuk kategori SMP/SMA 61.00 persen. Penghasilan ayah termasuk kategori tinggi sebanyak 55,90 persen dan ibu termasuk kategori tidak berpenghasilan sebanyak 47,50 persen. Besaran keluarga termasuk kategori sedang sebanyak 61.02 persen.
2. Asupan energi remaja putri sebesar 55,93 persen.
3. *Body image* remaja putri termasuk kategori persepsi tubuh negatif sebesar 64.41 persen.
4. Status gizi remaja putri termasuk kategori status gizi kurang sebesar 45.76 persen
5. Hasil analisis uji korelasi *rank spearman* terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan energi dengan status gizi pada siswa remaja putri dengan nilai koefisien korelasi energi sebesar 0.477 dengan nilai p-value sebesar 0.000 pada taraf signifikan 0.05 yang artinya semakin baik asupan energi maka semakin baik status gizi remaja putri.

6. Hasil analisis uji korelasi *rank spearman* terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *body image* dengan status gizi remaja putri dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.489 dengan nilai p-value sebesar 0.000 pada taraf signifikan 0.05 yang artinya semakin bagus *body image* remaja putri maka semakin baik status gizi remaja putri.
7. Hasil analisis regresi linier berganda terdapat hubungan yang negatif dan sangat signifikan antara asupan energi dan *body image* dengan status gizi remaja putri ($Y = -4,718 + 0,022 X_1 + 0,016 X_2$). Nilai konstanta yang bertanda negatif, yaitu -4,718 artinya apabila asupan energi dan *body image* bernilai 0 maka status gizi akan mengalami penurunan. Nilai koefisien regresi variabel asupan energi (X_1) yaitu sebesar 0,022 artinya asupan energi berhubungan positif dengan status gizi. Nilai koefisien regresi variabel *body image* (X_2) yaitu sebesar 0,016 artinya *body image* berhubungan positif dengan status gizi. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien asupan energi (0,022) dan *body image* (0,016) karena $0,022 > 0,016$ maka asupan energi merupakan variabel yang sangat erat hubungannya dengan status gizi.

5.2 Implikasi

Adapun implikasi didalam penelitian ini, yaitu:

1. Pemerintah harus memberikan edukasi gizi kepada dan siswa putri agar memiliki status gizi yang normal.
2. Hasil dari penelitian di SMAN 8 Medan, terdapat angka asupan energi kurang, *body image* negatif dan status gizi kurang yang dominan, sehingga

hal tersebut menjadi bahan masukan oleh pihak pemerintah dan pihak sekolah untuk melakukan pemeriksaan status gizi secara efektif.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian diatas:

1. Agar mendapatkan hasil yang lebih baik, diharapkan kepada peneliti selanjutnya melakukan penelitian lanjutan dengan metode penelitian yang berbeda, menambahkan variabel yang berbeda serta jumlah sampel yang lebih banyak agar hasil yang dihasilkan bervariasi.
2. Diharapkan peran dari orangtua murid dapat memperhatikan makanan yang dikonsumsi oleh anak agar selalu mencukupi asupan zat gizi sesuai dengan kebutuhan sehari-hari.
3. Bagi Kepala Sekolah dan guru semakin selektif lagi memilih jajanan makanan yang disediakan oleh pihak kantin sehingga terjaminnya jajanan yang dikonsumsi oleh para siswa agar menjaga status gizi setiap siswa tetap normal.
4. Bagi siswa putri agar selalu mengkonsumsi asupan gizi yang sesuai dengan kebutuhan sehari-hari dan lebih selektif memilih jajanan yang dikonsumsi serta memelihara persepsi tubuh positif.