

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan tujuan penelitian, kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan *body image* ($p = 0,001$; OR= 3,046; 95% CI = 1,569-5,915) pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 8 Kota Tasikmalaya.
2. Ada hubungan antara *body image* dengan perilaku gangguan makan ($p = 0,001$; OR = 7,321; 95% CI = 3,566-15,032) pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 8 Kota Tasikmalaya.
3. Tidak terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku gangguan makan ($p=0,528$) pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 8 Kota Tasikmalaya.

B. Saran

Berdasarkan hal tersebut ada beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan bagi sekolah, responden, dan penelitian selanjutnya, yaitu:

1. Bagi sekolah

Diharapkan pihak sekolah untuk lebih memperhatikan kondisi siswi dengan melakukan intervensi berupa pemberian konseling terkait komentar atau penilaian negatif bentuk tubuh dan pentingnya menjaga pola makan yang baik agar tidak terjadinya perilaku gangguan makan.

2. Bagi responden

Diharapkan kepada remaja putri untuk meningkatkan kesadaran terhadap risiko perilaku gangguan makan serta menghindari berbagai bentuk perilaku pengendalian berat badan yang tidak sehat dan lebih percaya diri terhadap bentuk tubuh, serta jika ingin menurunkan berat badan lakukan penurunan berat badan yang sehat serta dapat berkonsultasi kepada dokter spesialis gizi atau ahli gizi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut berdasarkan faktor lainnya, seperti pengaruh teman sebaya, pengaruh keluarga, rasa percaya diri, riwayat diet, jumlah sampel yang lebih banyak, dan tempat penelitian yang berbeda. Jika ingin meneliti intensitas penggunaan media sosial pertimbangkan kualitas penggunaan, jenis konten yang dikonsumsi, serta bagaimana individu memaknai konten tersebut, selain itu untuk kuesioner sikap yang digunakan bisa ditambahkan frekuensi seperti dikatakan sering jika frekuensi dalam satu minggu berapa kali.