

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1. Sebanyak 58,5% responden memiliki kecenderungan perilaku makan yang menyimpang dengan spesifikasi kecenderungan penyimpangan 3,1% pada tipe *anoreksia nervosa*, 1,5% pada tipe *bulimia nervosa*, 3,1% pada tipe *binge eating disorder* dan 50,8% pada tipe EDNOS.
2. Sebanyak 70,8% responden pernah melakukan diet dalam satu tahun terakhir dan sebanyak 66,2% responden mengalami distorsi citra tubuh. Sebanyak 35,4% responden pernah menerima kritik dari orang tua mereka mengenai bentuk tubuh dan berat badan mereka, sedangkan sebanyak 47,7% responden juga pernah menerima kritik dari teman sebaya mereka seputar bentuk tubuh dan berat badan.
3. Sebanyak 56,9% responden menyatakan dipengaruhi tuntutan pekerjaan untuk melakukan diet dan sebanyak 43,1% responden menyatakan dipengaruhi kompetisi dalam pekerjaan untuk melakukan diet.
4. Sebanyak 9,2% responden di pernah mengalami kekerasan fisik semasa hidupnya dan hanya sekitar 6,2% responden yang pernah mengalami pelecehan seksual semasa hidupnya.
5. Sebanyak 40,0% responden pernah mengalami ejekan seputar bentuk tubuh dan berat badan mereka dan sebanyak 89,2% responden merasa rendah diri. Selain itu, lebih dari setengah responden menjawab sering terpapar dengan media massa yang bertemakan mode/tren/gaya hidup perempuan (majalah 70,8%, acara televisi 70,8%, dan situs internet 61,5%).
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara distorsi citra tubuh, kritik teman sebaya mengenai bentuk tubuh dan berat badan, pengaruh tuntutan pekerjaan, pengaruh kompetisi dalam pekerjaan, ejekan mengenai bentuk tubuh dan berat badan, dan keterpaparan dengan acara tv yang bertemakan

mode/tren/gaya hidup perempuan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang.

7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku diet, kritik orang tua mengenai bentuk tubuh dan berat badan, kekerasan fisik, pelecehan seksual, rasa percaya diri dan keterpaparan dengan majalah dan situs internet yang bertemakan mode/tren/gaya hidup perempuan dengan kecenderungan perilaku makan menyimpang.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Peneliti Lain

1. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian yang melibatkan lebih dari satu sekolah modelling agar dapat melihat prevalensi perilaku makan menyimpang yang lebih luas lagi.
2. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian pada kelompok profesi lain yang berisiko tinggi mengalami perilaku makan menyimpang seperti pada atlet senam, penari balet, dan pramugari.
3. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan metode lain seperti kualitatif agar dapat diketahui secara pasti penyebab perilaku makan menyimpang.

7.2.2 Bagi Institusi Kesehatan

1. Diharapkan adanya kerja sama antara institusi kesehatan dengan dinas pendidikan dalam hal penyebarluasan informasi mengenai perilaku makan menyimpang dan perhitungan indeks massa tubuh serta pendidikan mengenai gizi pada staff pengajar di sekolah modelling di Jakarta.
2. Menyelenggarakan workshop atau seminar mengenai perilaku makan menyimpang yang melibatkan sekolah-sekolah modelling di Jakarta.

7.2.3 Bagi Sekolah Modelling

1. Diharapkan adanya kerja sama dengan institusi kesehatan dalam hal penyebarluasan informasi mengenai perilaku makan menyimpang dan akibatnya, cara menghitung indeks massa tubuh, serta cara mengatur pola

makan yang baik agar tetap dapat menjaga bentuk tubuh tanpa harus melakukan diet melalui materi tambahan pada saat pelatihan di kelas modelling.

2. Diharapkan adanya penetapan standar indeks massa tubuh agar tidak ada lagi model yang memiliki indeks massa tubuh di bawah rata-rata.
3. Diharapkan adanya pengukuran berat badan dan tinggi badan rutin setiap 1 minggu sekali agar pihak sekolah modelling juga dapat memantau perkembangan berat badan dan tinggi badan para model tersebut.