

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Sebanyak 88,5% responden memiliki kecenderungan penyimpangan perilaku makan dengan distribusi tipe kecenderungan penyimpangan 11,8% cenderung pada anoreksia nervosa; 23,3% cenderung pada bulimia nervosa; 5% pada BED dan 48,5% pada EDNOS.
2. Sebanyak 53,1% responden pernah berdiet dalam setahun terakhir, 62,2% responden menganggap dirinya gemuk, padahal berdasarkan perhitungan IMT hanya 31,3% responden yang tergolong *overweight* dan 23,3% responden merasa minder/rendah diri saat berkumpul bersama teman sebaya mereka.
3. Sebanyak 11,8% responden pernah mengalami kekerasan fisik selama hidupnya. Hanya 2,7% responden yang pernah mengalami pelecehan seksual selama hidupnya. Sebanyak 61,5% responden pernah mengalami *bullying* dan 92,5% responden mengalaminya ketika SMA. Sebanyak 50,4% pernah diejek seputar berat badan atau bentuk tubuh mereka dimana 85,6% pengejekan dilakukan oleh teman dan lebih dari separuh responden menjawab jarang terpapar dengan media massa yang bertemakan tren, mode dan gaya hidup (80,2% untuk majalah, 63% untuk acara televisi dan 61,8% untuk situs internet).

4. Terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat diet (OR 42,5), citra tubuh (OR 6,7) dan ejekan seputar berat badan dan bentuk tubuh (OR 3,8) dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan.
5. Tidak terdapat hubungan bermakna antara rasa percaya diri, riwayat kekerasan fisik, riwayat pelecehan seksual, riwayat *bullying* dan keterpaparan terhadap media dengan kecenderungan penyimpangan perilaku makan.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Penelitian dan Peneliti Lain

1. Diharapkan adanya penelitian yang bukan hanya mencari prevalensi kecenderungan penyimpangan perilaku makan agar mampu menggambarkan prevalensi kasus penyimpangan perilaku makan secara lebih akurat dan juga dalam skala yang lebih luas.
2. Diharapkan adanya penelitian dengan menggunakan desain yang dapat menggambarkan hubungan kausalitas agar lebih pasti diketahui faktor apa saja yang menjadi penyebab dari penyimpangan perilaku makan.

7.2.2 Bagi Sekolah

1. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui program UKS atau bimbingan konseling mengenai hasil penelitian ini untuk menambah pengetahuan dan kewaspadaan para siswa tentang penyimpangan perilaku makan.

2. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui program UKS atau bimbingan konseling tentang berat badan dan tinggi badan yang normal menggunakan indikator IMT (Indeks Massa Tubuh) untuk membantu para siswa mengetahui berat dan tinggi badan yang sesuai untuk dirinya masing-masing.
3. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui program UKS atau bimbingan konseling tentang asupan yang seimbang agar para siswa mengetahui cara menjaga kesehatan dengan mengatur pola makannya tanpa harus berdiet.

7.2.3 Bagi Dinas Kesehatan

1. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui mekanisme penyuluhan atau pelatihan mengenai penyimpangan perilaku makan, perhitungan IMT dan asupan yang seimbang kepada petugas UKS, guru olahraga atau guru bimbingan konseling di SMA di Jakarta.