

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- a. *Body image* remaja putri di Sekolah Model GABS Malang adalah sebesar 42,9% mempunyai *body image* negatif (tidak puas dengan bentuk tubuh) dan 57,1% mempunyai *body image* positif (puas dengan bentuk tubuh).
- b. Kebiasaan makan remaja putri di Sekolah Model GABS Malang adalah sebesar 65,7% mempunyai kebiasaan makan sehat dan 34,3% mempunyai kebiasaan makan kurang sehat.
- c. Tingkat konsumsi energi remaja putri di Sekolah Model GABS Malang rata-rata adalah $63 \pm 12\%$ (defisit tingkat berat). Remaja putri dengan tingkat konsumsi energi lebih adalah sebesar 2,9%, tingkat konsumsi energi normal sebesar 2,9%, tingkat konsumsi energi defisit ringan sebesar 2,9%, tingkat konsumsi energi defisit sedang sebesar 14,3%, dan tingkat konsumsi energi defisit berat sebesar 77,1%.
- d. Status gizi remaja putri di Sekolah Model GABS Malang berdasarkan IMT rata-rata $18,7 \pm 2,27 \text{ kg/m}^2$. Remaja putri dengan status gizi kekurangan berat badan tingkat berat adalah sebesar 17,1%, kekurangan berat badan tingkat ringan sebesar 20%, normal sebesar 60%, kelebihan berat badan tingkat ringan sebesar 2,9%, dan kelebihan berat badan tingkat berat
- e. Aktifitas fisik remaja putri di Sekolah Model GABS Malang dengan kategori ringan sebesar 17,1%, kategori sedang adalah sebesar 80%, dan kategori berat sebesar 2,9%.
- f. Tidak terdapat hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan kebiasaan makan remaja putri di Sekolah Model GABS Malang. Hasil uji statistik *Chi-Square* yang dilakukan didapatkan nilai p value = 0,329
- g. Tidak terdapat hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan tingkat konsumsi energi remaja putri di Sekolah Model GABS Malang.

Hasil uji statistik *Chi-square* yang dilakukan didapatkan nilai p value = 1,000.

- h. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan status gizi remaja putri di Sekolah Model GABS Malang. Hasil uji statistik *Chi-Square* yang dilakukan didapatkan nilai p value = 0,038
- i. Tidak terdapat hubungan positif dan signifikan antara *body image* dengan aktifitas fisik remaja putri di Sekolah Model GABS Malang. Hasil uji statistik *Chi-square* yang dilakukan didapatkan nilai p = 0,429

2. Saran

Untuk mengetahui dan memantau status gizi model di Sekolah Model GABS Malang diperlukan timbangan berat badan dan mikrotoa di Sekolah Model tersebut untuk pemantauan berat badan dan tinggi badan model setiap bulannya.