

BAB VI

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Persepsi *body image* positif dan negatif siswi di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara yaitu sebanyak 42 responden (54,5%) memiliki *body image* yang positif, dan sebanyak 35 responden (45,5%) memiliki *body image* yang negatif.
2. Asupan energi siswi di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara yang memiliki asupan energi sebanyak 5 responden (6,5%) responden mempunyai asupan energi defisit, sebanyak 6 responden (7,8%) responden mempunyai asupan energi kurang, sebanyak 22 responden (28,6%) responden memiliki asupan energi normal, sebanyak 44 responden (57,1%) responden memiliki asupan energi lebih.
3. Tidak terdapat hubungan antara persepsi *body image* dengan asupan energi siswi di SMP Negeri 2 Purwareja Klampok Kabupaten Banjarnegara.

B. SARAN

1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Pada penelitian selanjutnya alangkah baiknya dapat melakukan penelitian mengenai bagaimana kebiasaan makan, status sosial ekonomi dan pengetahuan setiap responden sehingga dapat mengetahui bagaimana hubungan antara persepsi *body image* dengan asupan energi pada siswi SMP.

2. Bagi Siswa

Siswa dapat memantau asupan energi yang dikonsumsi setiap harinya dengan mengetahui banyaknya makanan yang dikonsumsi, status gizi agar tetap normal untuk mengurangi kegemukan pada remaja dan mencegah risiko terjadinya obesitas pada usia remaja serta memantau persepsi *body image* diri sendiri sehingga dapat tercermin *body image* yang positif sesuai dengan tubuh aktualnya.

3. Bagi Sekolah

Pihak sekolah dapat melakukan penyuluhan dan bekerjasama dengan pihak kesehatan mengenai persepsi *body image* dan asupan energi yang dilakukan secara berkala sehingga dapat mengetahui bagaimana kebiasaan makan, status sosial ekonomi dan pengetahuan pada siswinya.