

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *body image* dan aktivitas fisik dengan status gizi pada siswi di SMAN 9 Kota Padang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar status gizi siswi di SMAN 9 Kota Padang memiliki status gizi baik.
2. Sebagian besar siswi di SMAN 9 Kota Padang tidak puas dengan bentuk tubuh yang dimilikinya.
3. Sebagian besar tingkat aktivitas siswi di SMAN 9 Kota Padang memiliki aktivitas fisik dalam kategori ringan.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* dengan status gizi pada siswi di SMAN 9 Kota Padang.
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi pada siswi di SMAN 9 Kota Padang

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *body image* dan aktivitas fisik dengan status gizi pada siswi di SMAN 9 Kota Padang, terdapat saran sebagai berikut :

1. Bagi perawat

Diharapkan kepada perawat komunitas agar dapat melakukan penyuluhan / edukasi di sekolah mengenai pentingnya membangun pandangan positif didalam diri remaja putri agar terhindar dari *body image* negatif dan melakukan edukasi terkait pentingnya meningkatkan aktivitas bagi remaja putri agar status gizi normal dapat tercapai.

2. Bagi pendidikan keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi pengembangan keilmuan terhadap status gizi remaja dan dapat dijadikan sebagai bahan tambahan acuan ilmu keperawatan tentang hubungan antara *body image* dan aktivitas fisik dengan status gizi pada remaja putri.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti faktor lain dari status gizi pada remaja putri seperti dilihat dari pendapatan orang tua ataupun dari faktor pengaruh teman sebaya.

