

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tekanan teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial instagram dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang. Adapun rincian secara khusus sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara tekanan teman sebaya dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang dengan tingkat keeratan yang lemah serta arah hubungan yang positif.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan gangguan makan pada remaja di SMP Pengabdi Singkawang dengan tingkat keeratan yang lemah serta arah hubungan yang positif.

B. Saran

Berdasarkan hasil analisa data, pembahasan, keterbatasan penelitian, dan simpulan, maka dapat dirumuskan saran penelitian sebagai berikut:

1. Bagi seluruh siswa SMP Pengabdi Singkawang

Siswa SMP Pengabdi Singkawang hendaknya menciptakan suasana pergaulan yang positif antar teman sebaya dan mengatur durasi penggunaan media sosial maksimal dua jam per hari. Selain itu, siswa juga harus meningkatkan rasa percaya diri, bersifat realistis dan bijak dalam menanggapi apa yang ditampilkan di media sosial sehingga dapat menerima apa yang ada dalam diri mereka.

2. Bagi Kepala Sekolah dan Tenaga Pendidik SMP Pengabdi Singkawang

Kepala sekolah dan tenaga pendidik SMP Pengabdi Singkawang dapat mempertimbangkan pemberian materi tambahan pada mata pelajaran bimbingan konseling terkait gangguan makan pada remaja. Selain itu, guru BK dapat memaksimalkan tugasnya dalam membantu siswa meningkatkan kesehatan psikologis dengan memberikan konseling dan menjadi pendamping yang dapat dipercaya. Pihak sekolah juga dapat memaksimalkan fungsi UKS dalam pengecekan secara berkala terkait indeks massa tubuh sebagai upaya promotif dan preventif kejadian gangguan makan.

3. Bagi Kepala dan Petugas Puskesmas Singkawang Barat II

Melalui hasil penelitian ini, harapannya petugas kesehatan dapat mengambil langkah dalam mengatasi gangguan makan pada remaja misalnya dengan memaksimalkan Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Harapannya dengan program

tersebut, dapat diketahui prevalensi dan penanggulangan kejadian gangguan makan remaja di tingkat sekolah menengah pertama di Kota Singkawang.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini harapannya dapat menjadi pertimbangan peneliti selanjutnya untuk mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini misalnya dengan memperdalam dan menguji faktor-faktor lain yang mungkin dapat terjadi atau berhubungan dengan gangguan makan pada remaja. Peneliti selanjutnya dapat melakukan pengkajian terkait riwayat penyakit yang dialami responden, riwayat kebiasaan makan responden, riwayat latar belakang keluarga, dan riwayat jangka waktu/durasi responden bergabung dalam kelompok. Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat mempertimbangkan pemberian intervensi mandiri perawat yang sesuai untuk mengatasi gangguan makan pada remaja.