

BAB 5

PENUTUP

Pada bab ini akan disajikan tentang kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Didapatkan sebagian kecil/hampir setengah dari responden mempunyai tingkat obesitas 1 sebanyak 15 responden.
- 2) Status harga diri responden sebagian besar memiliki harga diri rendah sebanyak 14 responden.
- 3) Berdasarkan hasil uji statistik korelasi spearman rho, terdapat hubungan bermakna antara obesitas dengan harga diri pada remaja putri. Obesitas menjadi salah satu factor terjadinya perubahan psikologi bagi remaja.

5.2 Saran

1. Bagi Responden

Bagi siswi SMAN 1 Pacet dan siswi yang mengalami obesitas disarankan untuk memperbaiki pola makan serta melakukan olahraga supaya berat badan bisa turun dan dapat meningkatkan harga dirinya sehingga tidak mengalami harga diri yang lebih lanjut serta selalu menjaga kesehatan baik secara fisik maupun psikologis, terutama yang menyebabkan remaja putri mengalami obesitas sehingga dapat mengurangi dampak dari harga diri

2. Bagi Sekolah

Bagi guru untuk lebih sering melakukan edukasi kepada semua siswa siswinya agar menjaga ideal tubuh, sehingga psikologi siswa siswi tidak terganggu.

3. Bagi Keluarga & Masyarakat

Diharapkan keluarga Bagi siswi SMAN 1 Pacet yang mengalami obesitas dan masyarakat yang ada disekitar agar memberikan motivasi dan dukungan kepada remaja putri yang mengalami obesitas untuk proses penurunan berat badannya. Hal ini diupayakan agar remaja putri yang mengalami obesitas tidak mengalami harga diri rendah, sehingga keluarga agar mampu memberikan ketenangan dan semangat pada remaja putri yang mengalami obesitas.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat memberikan informasi dan mengembangkan ilmu keperawatan jiwa harga diri.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang berhubungan dengan obesitas pada harga diri. Diharapkan penelitian selanjutnya bisa dilakukan dengan cara observasi langsung. Dikarenakan saat observasi waktu yang sama lebih akurat serta responden bisa lebih konsentrasi dalam mengisi kuesioner, dari pada ambil data di ruang UKS seolah dan juga objek penelitian lebih ditingkatkan lagi keseluruhan jenjang dan jenis kelamin siswa-siswi SMA terkait.