

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Berdasarkan hasil jurnal Yunita Ariska dkk (2018) dengan judul Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Perilaku Diet Mahasiswa Putri, menyatakan bahwa hasil penelitian yang dilakukan pada 196 responden menunjukkan sebanyak 82,7% responden telah mempunyai pengetahuan yang baik tentang diet, dan sebanyak 88,2% responden telah mempunyai pengetahuan yang kurang tentang diet.
- 5.1.2 Berdasarkan hasil jurnal Wahidah (2017) dengan judul Hubungan Antara Masa Pubertas Dengan Perilaku Diet Pada Remaja Putri Di SMKN 2 Woha, menyatakan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan bahwa yang terbanyak yaitu remaja yang melakukan perilaku diet sebanyak 71 siswi (83,5%). Tingginya angka kejadian ini disebabkan karena gadis remaja sering terjebak dengan perilaku makan yang tidak sehat, remaja menginginkan penurunan berat badan secara drastic dengan melakukan diet ketat bahkan sampai gangguan pola makan.
- 5.1.3 Berdasarkan hasil jurnal Yunita Ariska dkk (2018) dengan judul Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Perilaku Diet Mahasiswa Putri, menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku diet pada mahasiswa putri Universitas ($p\text{-value}= 0,43\%$).

5.2 Saran

- 5.2.1 Bagi Peneliti
Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peneliti dan memberikan informasi mengenai hubungan pengetahuan dengan perilaku diet remaja putri.

5.2.2 Bagi Remaja Putri

Penelitian ini diharapkan remaja putri agar meningkatkan pengetahuan dan perilaku diet yang sehat dan tidak sehat.

5.2.3 Bagi Pihak Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan terhadap pihak sekolah sehingga memberikan pengetahuan terhadap para siswi dengan memberikan edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi agar tidak menerapkan perilaku diet yang tidak sehat.

5.2.4 Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menghubungkan variabel yang sama ataupun variabel yang berbeda.