

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 116 responden remaja di SMK Muhammadiyah Cawas Klaten dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Karakteristik responden diketahui sebagian besar responden memiliki umur 17 tahun yaitu ada 74,1%, dan jenis kelamin perempuan jumlahnya sama dengan jumlah responden laki-laki yaitu masing-masing ada 50%.
2. Citra tubuh sebagian besar responden dalam kategori positif yaitu ada 93,1%.
3. Kejadian depresi sebagian besar responden dalam kategori normal yaitu ada 61,2%.
4. Terdapat hubungan signifikan antara Citra Tubuh Remaja dengan kejadian depresi remaja di SMK Muhammadiyah Cawas Klaten. ($\tau = 0,408$; $Z_{hitung} = 6,49$).

B. Saran

Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan maka dapat memberikan saran sebagai berikut.

1. Bagi institusi pendidikan

Institusi pendidikan disarankan untuk menambahkan materi tentang citra tubuh dan depresi dalam pelajaran bimbingan konseling dan keagamaan sehingga remaja termotivasi berpandangan positif dan percaya diri dalam penampilannya, serta melakukan tindak lanjut dengan pengecekan kembali bagi remaja yang mengalami depresi berat.

2. Bagi ilmu keperawatan

Tenaga keperawatan dapat bekerjasama dengan sekolah dalam memberikan edukasi untuk meningkatkan promosi kesehatan terkait dengan citra tubuh dan kejadian depresi pada remaja.

3. Bagi remaja

Remaja disarankan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah untuk meningkatkan kepercayaan diri dan mempertahankan cara berfikir positif tentang citra tubuhnya dari segi intelektual dengan menerima segala kekurangannya serta lebih menunjukkan kelebihan yang ada pada dirinya terhadap orang lain.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti menyarankan pada peneliti selanjutnya bahwa pada saat pengambilan data peneliti selanjutnya disarankan menggunakan teknik sampling yang berbeda yaitu pengambilan data perkelas sehingga penjelasan dari peneliti dapat di pahami serta Siswa dan Siswi dapat konsentrasi saat menjawab pernyataan kuesioner dengan benar sesuai dengan perasaan yang dialami.