

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Responden pada penelitian berjumlah 39 yang berasal dari semua perwakilan kelas X sebanyak 3-4 orang dengan rata-rata responden berumur 16 tahun (59%), seluruh responden mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan mayoritas 23,2 % mengikuti ekstrakurikuler rohis atau keagamaan Islam, sebanyak 33,3 % responden mengidolakan artis Indonesia, dan mayoritas responden (43,6 %) belum pernah mendapatkan informasi mengenai *body image* dari manapun.
2. Pelatihan *peer educator* remaja putri SMAN 4 Purwokerto efektif meningkatkan pengetahuan, skor *body image*, keterampilan *peer educator*.
3. Pelatihan *peer educator* efektif meningkatkan pengetahuan tentang *body image* dengan peningkatan nilai rata-rata skor pengetahuan antara *pre test* dengan *post test* yaitu sebesar 17,1 %.
4. Pelatihan *peer educator* efektif meningkatkan pengetahuan tentang *peer educator* dengan peningkatan nilai rata-rata skor pengetahuan mengenai *peer educator* antara *pre test* dengan *post test* yaitu sebesar 11.5%.
5. Pelatihan *peer educator* efektif menurunkan rata-rata skor *body image* sebelum dan sesudah pelatihan yaitu dari 18,00 menjadi 16,00. Hal ini menunjukkan bahwa semakin kecil skor *body image* semakin baik.

Penurunan nilai rata-rata skor *body image peer educator* antara *pre test* dengan *post test* yaitu sebesar 12.5 %.

6. Pelatihan *peer educator* efektif meningkatkan keterampilan menjadi *peer educator* dengan peningkatan nilai rata-rata skor keterampilan menjadi *peer educator* antara *pre test* dengan *post test* yaitu sebesar 43%.

B. Saran

1. Bagi Remaja Putri

Menjaga komitmen yang sudah dibentuk dan menjalankan tugas menjadi *peer educator*, selain itu selalu menambah informasi terkait gizi dan keterampilan dalam mendidik sebaya seiring dengan mengubah perilaku menjadi lebih sehat.

2. Bagi SMA N 4 Purwokerto

Pihak sekolah sebaiknya mengaktifkan kelompok *peer group* yang sudah dibentuk bernama “*BE CARE*” menjadi *peer educator* yang bertugas menyebarkan ilmu yang sudah didapat mengenai *body image* dan selanjutnya bisa rutin diberikan pendidikan kesehatan lain. Kegiatan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan remaja SMA. Selain itu, pihak sekolah bekerjasama dengan instansi kesehatan untuk mengadakan pelatihan rutin dan regenerasi *peer educator* setiap tahunnya agar bisa terus berjalan programnya. Selain itu meningkatkan kerja sama dengan instansi kesehatan dan gizi misalnya dinas kesehatan dan puskesmas.

3. Bagi Mahasiswa

Perlu adanya penelitian lebih lanjut untuk mengetahui efektivitas *peer educator* dalam meningkatkan pengetahuan, skor *body image* remaja putri dengan status *body image* negative.

4. Bagi Program Studi

Program Studi Ilmu Gizi agar dapat melakukan tridharma perguruan tinggi di meningkatkan pengetahuan remaja mengenai *body image* dan pengetahuan gizi lainnya.

