

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

I.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan kejadian obesitas dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMP Negeri 11 Gorontalo yang telah dilakukan peneliti, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari 37 responden remaja SMP Negeri 11 Gorontalo, didapatkan sebagian besar memiliki Obesitas I sebanyak 18 responden (48,6%), sedangkan Obesitas II sebanyak 10 responden (27,0%), dan Resiko Obesitas (*Overweight*) sebanyak 9 responden (24,3%).
2. Dari 37 responden remaja SMP Negeri 11 Gorontalo, sebagian besar memiliki tingkat kecemasan sangat berat sebanyak 26 responden (70,3%) sedangkan tingkat kecemasan berat sebanyak 10 responden (27,0%) dan tingkat kecemasan sedang sebanyak 1 responden (2,7%).
3. Dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi *Pearson*, didapatkan nilai *p value* = 0,000 dan nilai $r = 0,601$ dari nilai yang didapatkan maka dapat disimpulkan ada hubungan kejadian obesitas dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMP Negeri 11 Gorontalo memiliki korelasi kuat dan koefisien yang positif yaitu, jika obesitas tinggi maka tingkat kecemasan remaja tinggi, begitupun sebaliknya.
- 4.

1.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi SMP Negeri 11 Gorontalo

Bagi SMP Negeri 11 Gorontalo diharapkan sebagai sumber masukan dalam hal pengawasan sekolah agar mengurangi dampak terjadinya kecemasan pada siswa-siswi yang mengalami obesitas.

2. Bagi Remaja

Tingkat kecemasan yang dialami oleh subjek dalam Penelitian ini sebagian berada pada kategori sangat berat dan berat, sehingga diharapkan dapat menjadi informasi bagi remaja yang mengalami obesitas terkait dengan kesehatan mental dalam hal ini yaitu kecemasan yang sedang dirasakan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi pendukung bagi penelitian selanjutnya. Penelitian selanjutnya dapat menggali lebih dalam lagi terkait masalah kecemasan pada remaja obesitas dengan mengembangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan tersebut antara lain genetik, budaya, sosial ekonomi, dan lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y, Rachmawati, N. I. (2014). *Metedologi Penelitian Kualitatif Dalam Riset Keperawatan*. Depok: Pt Rajagrafindo Persada
- Alfina Ayu Rachmawati. (2020). Darurat Kesehatan Mental Bagi Remaja <https://Egsa.Geo.Ugm.Ac.Id/2020/11/27/Darurat-Kesehatan-Mental-Bagi-Remaja/>. Diakses 6 Maret 2021.
- Almatsier, Sunita. (2013). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Pt Gramedia Pustaka Utama.
- Aprilia, Ayu. (2015). Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar. *Majority*, 4(7):45-48.
- Ardiana, Risa. (2017). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Obesitas Pada Anak Kelas 2 Di Sd Muhammadiyah Mlangi Sleman. Universitas 'Aisyiyah, Yogyakarta
- Arif Kurniawan. (2015). Hubungan Antara Siswi Yang Memiliki Indeks Massa Tubuh (Imt) *Overweight* Dengan Depresi Di Man 1 Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Asnuddin Dan Sanjaya .(2018). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan *Body Image* Dengan Pola Makan Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Sidrap. *Jikp@Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencera*. Volume 7 Nomor 2
- Ayu Susantina Pusparani (2013). Beda Tingkat Kecemasan Antara Mahasiswa Pria Dan Wanita Yang Mengalami Obesitas Di Fk Uii Angkatan 2009 – 2012. Univesitas Islam Indonesia
- Azizah, L, M., Zainuri I., & Akbar A. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka
- Cdc. (2016). Childhood Obesity Causes & Consequences - Overweight & Obesity. Retrieved Juni 18, 2017, From Centers For Disease Control And Prevention: <https://www.Cdc.Gov/Obesity/Childhood/Causes.Html>
- Danielle, B., Robert, P., & Nancy, P. (2008). Gender Difference In Association Between Body Mass Index And Dsm - Iv Mood And Anxiety Disorders: Result From The National Epiemiologic Survey On Alcohol And Related Condition. *Ann Epidemiol*, 18(6). <https://doi.org/10.1016/j.annepidem.2007.12.009>
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik; Panduan Bagi Orang Tua Dan Guru Dalam Memahami Psikologi Anak Usia Sd, Smp,Dan Sma*.

Bandung:Rosda Karya.

- Diah Ayu Mariam Dan Larasati. (2016). Obesitas Anak Dan Peranan Orangtua. *Jurnal Kesehatan*, Volume 5, Nomor 5.
- Emelia, R., Nancy, S.H., & Nova, H.K. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Kota Bitung. Universitas Sam Ratulangi, Manado.
- Fatimah, N. (2014). Perbedaan Antara Obesitas Dan Non-Obesitas Terhadap Kejadian Depresi Pada Ibu Rumah Tangga Di Daerah Kelurahan Cililitan, Jakarta Timur. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Fatmawali, Olivia G Mokolensang, Aaltje E Manampiring. (2016). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Kota Bitung. *Ebm* Volume 4 Nomor 1
- Firman W, Hendri C, Dan Lydia D, (2016). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Obesitas Pada Siswa-Siswi Sma Negeri 8 Manado. *Jurnal E-Biomedik*, Vol 4, No 5.
- Gaidhane, M. (2009). Association Between Obesity And Depression And Anxiety Disorder: Result From The 2008 National Health Interview Survey. Retrieved From <https://scholarscompass.vcu.edu/etd/1988>
- Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Tentang Obesitasdi Smkn Kudu Jombangseldi Noervia Anggraini 1, Sestu Retno Dwi Andayani 2, Ratna Puji Priyanti 3sylvia.Ferin@Yahoo.Com, Sestu.Retno@Yahoo.Com, Ratna_Poedjie@Yahoo.Com
- Hamumema, Wahyu D, Dan Kurniawaty (2018), Aktivitas Fisik Dalam Kaitannya Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, Jilid 6, Nomor 1, Hlm. 27-32.
- Himayatul Lutfah, (2018). Gambaran Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kejadian Obesitas Pada Remaja. Stikes *Cendekia Utama Kudus*.
- Hurlock, B.E. (1990). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Husni, H. K., & Indrijati, H. (2014). Pengaruh Komparasi Sosial Pada Model Dalam Iklan Kecantikan Di Televisi Terhadap Body Image Remaja Putri Yang Obesitas. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*. Volume 3 Nomor 3, Hal 207-212.
- Ida Umami. (2019). *Psikologi Remaja*. Yogyakarta : Idea Press

- Kautsar, F., Gustopo, D., & Achmadi, F. (2015). Uji Validitas Dan Reliabilitas Hamilton Anxiety Rating Scale Terhadap Kecemasan Dan Produktivitas Pekerja Visual Inspection Pt . Widatra Bhakti. 588 – 592.
- Kementrian Kesehatan Ri (2017). *Panduan Pelaksanaan “Gerakan Nusantara Tekan Angka Obesitas”*. Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit, Kementrian Kesehatan Ri 2017.
- Khoirul Bariyyah Dan Hidayati M Farid.(2016). Konsep Diri, Adversity Quotient Dan Penyesuaian Diri Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 5, No. 02, Hal 137 – 144
- Krisma Juliana Mazniati Tolombot, Aaltje. E. Manampiring, Billy J.Kepel (2014). Prevalensi Obesitas Pada Remaja Di Smp Negeri 8 Manado. *Jurnal E-Biomedik (Ebm)*, Volume 2, Nomor 2, Juli 2014.
- Kurdanti, Dkk (2016), Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, Volume 11 No. 04, Halaman 179-190.
- Lilik, Makrifatul Dkk. (2016). *“Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Teori Dan Aplikasi Praktik Klinik”*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka
- Mahasri Shobabiya Dan Juliani Prasetyaningrum (2014). Konseling Kognitif Untuk Mengurangi Kecemasan Akademik Pada Siswa Smp Kelas 7. Universitas Muhamadiyah Surakarta.
- Masdar, H., Saputri, P.A., Rosdiana, D., Chandra, F., Darmawi. (2016). Depresi, Ansietas, Dan Stres Serta Hubungannya Dengan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*. Vol 12 No 40, Hlm 138-143
- Masturoh, I, Anggita. N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta Selatan: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Muwakhidah Dan Dian Tri H. (2016). Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, Volume 1 Nomor 2, Halaman 133-140.
- Nemiary, D., Shim, R., Mattox, G., & Holden, K. (2013). The Relationship Between Obesity And Depression Among Adolescents. *Psychiatr Ann*, 42(8), 305 – 308. <https://doi.org/10.3928/00485713-20120806-09.The>
- Ni Wayan Widi Kurniawati Dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya(2019). Gambaran Kecemasan Remaja Perempuan Dengan Berat Badan Berlebih. *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 6, No. 2, Hlm 280-290.

- Notoatmodjo. (2012). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta:Rineka Cipta
- Nurmala Ira, Dkk. (2020). *Mewujudkan Remaja Sehat Fisik Mental Dan Sosial (Model Intervensi Health Educator Of Youth)*. Surabaya: Airlangga University Press
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika
- Prahestyningrum, F. (2017). Hubungan Stres Dengan Obesitas Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Pramana, Dkk (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, Vol. Iv No. 2.
- Purwo Setiyo Nugroho, (2020). Jenis Kelamin Dan Umur Berisiko Terhadap Obesitas Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*
- Rachmawati, Muchnuria.(2012). *Mencegah Obesitas (Problema Obesitas Pada Remaja)*. Malang : Ub Press
- Sahlan. 2011. Orang Gemuk Di Indonesia. [www. Neraca.Co.Id](http://www.Neraca.Co.Id). Diakses Tanggal 31 Maret Jam 21:30 Wita.
- Sargowo D, Andarini S. Pengaruh komposisi asupan makanan terhadap komponen sindrom metabolik. *Jurnal Kardiologi Indonesia*
- Sari & Suarya. (2018). Hubungan Antara Social Comparison Dan Harga Diri Terhadap Citra Tubuh Pada Remaja Perempuan Ida Ayu Wika Permata Sari Dan Luh Made Karisma Sukmayanti Suarya. *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol 5 No 3 ,Hal 265- 277
- Sari, Ernalia, Dan Bebasari (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Siswa Smpn Di Pekanbaru. *Jom Fk*, Vol. 4, No. 1, Hlm 1-7.
- Selvi Noervia Anggraini, Sestu Retno Dwi Andayani, Dan Ratna Puji Priyanti (2013). Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Tentang Obesitas Di Smkn Kudu Jombang. *Stikes Pemkab Jombang*
- Sugiarto, E. (2016). Analisis Emosional, Kebijakan Pembelian Dan Perhatian Setelah Transaksi Terhadap Pembentukan Disonansi Kognitif Konsumen Pemilik Sepeda Motor Honda Pada Ud Dika Jaya Motor Lamongan. *Jurnal Penelitian Ilmu Manajemen*, 1(1), 34-47.
- Sukmiati dan Khairunnisa (2014). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putrikelas Vii Di Smpn 1 Ciwidey Kabupaten Bandung. Bandung

- Sutejo. (2017). *Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Pt. Pustaka Baru Hal. 145-154
- Untari, T, D. (2018). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jawa Tengah: Pena Persada
- Utami, Neva Arunika And Seno, K. Heri Nugroho Hario And Panunggal, Binar (2017) *Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Overweight Dan Obesitas Pada Remaja*. Undergraduate Thesis, Faculty Of Medicine.
- Vivi Miristia (2018). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja Di Smp Dharma Pancasila Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Wati, (2013). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama Kali (*Menarche*) Pada Siswi Smp.
- Wicaksono, Dkk (2020). Memahami Gangguan Kecemasan Dalam Diri Remaja. Universitas Khatolik Indonesia Atma Jaya
- Yusuf, A, Pk, F, R, Nihayati, E, H. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Zaid, Mad.(2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial Di Pelayanan Klinis Dan Komunitas*. Yogyakarta: Deepublish