

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Dari 75 responden penelitian didapati sebanyak 26 responden (34.7%) yang mengalami kejadian cemas-depresi dan 49 responden (65.3%) yang tidak mengalami kejadian cemas-depresi.
2. Jenis kelamin yang paling banyak mengalami kejadian cemas-depresi adalah jenis kelamin laki – laki yaitu sebanyak 11 responden (39.28%) dari 28 responden laki laki. Sementara kejadian cemas-depresi pada jenis kelamin perempuan terjadi pada 15 responden (31.91%) dari 47 responden perempuan.
3. Kelompok usia yang lebih banyak mengalami kejadian cemas – depresi adalah kelompok usia 18 tahun yaitu 100% dari total 2 responden yang berusia 18 tahun.
4. Kejadian cemas – depresi paling banyak terjadi pada status BMI *overweight* – obesitas yaitu sebanyak 10 responden (3%) dari total 27 responden.
5. Responden dengan status *overweight* memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengalami kejadian cemas-depresi yaitu sebesar 44% dari pada responden obesitas 33.3%
6. Tidak terdapat hubungan bermakna antara obesitas dengan kejadian depresi dan kecemasan pada remaja di kota Yogyakarta.

B. Saran

1. Peneliti

Penelitian tentang hubungan obesitas dengan kejadian cemas – depresi sebaiknya menggunakan studi case control, karena studi case control adalah metode yang paling baik dalam menerangkan dinamika hubungan antar variabel. Hubungan antara obesitas dan kejadian cemas-depresi sebaiknya juga melihat hubungan dengan faktor – faktor lain yang juga berhubungan dengan cemas, depresi, dan obesitas.

2. Penelitian selanjutnya

Agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan menggunakan lebih banyak sampel dan lebih banyak sekolah serta jumlah karakteristik sampel yang merata. Selain itu sebaiknya dilakukan penelitian juga pada daerah lain dan juga kelompok lain selain remaja untuk melihat hubungan antara obesitas dengan kejadian cemas dan depresi