

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 398 responden, dapat disimpulkan bahwa *body dissatisfaction* (Y) berpengaruh terhadap *disordered eating* (Y) pada penari remaja perempuan di Kota Bandung dengan besaran nilai 79.1%. Adapun pada penelitian ini menunjukkan bahwa para responden memiliki tingkat *body dissatisfaction* yang sangat tinggi dan tingkat *disordered eating* yang tinggi.

#### B. Rekomendasi

Rekomendasi yang diberikan pada penelitian ini ditujukan pada penari remaja perempuan dan peneliti selanjutnya yaitu sebagai berikut:

##### 1. Bagi Penari Remaja Perempuan

Diharapkan bagi penari remaja perempuan yang sedang berusaha menanggulangi *disordered eating* untuk melakukan diet sehat dengan mengurangi makanan yang mengandung lemak dan gula serta perbanyak protein. Selain itu dapat melakukan olahraga untuk menjaga berat badan untuk mengurangi perasaan *body dissatisfaction*.

##### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Adapun rekomendasi penelitian selanjutnya yaitu sebagai berikut:

- a. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti menyarankan untuk melakukan penelitian pada satu jenis tari agar dapat menjelaskan kontribusi *body dissatisfaction* terhadap *disordered eating* pada jenis tari yang spesifik.
- b. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian pada penari laki-laki untuk melihat perbedaan jenis kelamin dalam menggambarkan kontribusi *body dissatisfaction* terhadap *disordered eating*.