

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan pada penelitian ini berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan di SMK Nusantara 02 Kesehatan dengan tujuan mengetahui hubungan makan makanan beragam, pola hidup bersih, aktivitas fisik dan pemantauan berat badan normal dengan status gizi pada siswa SMK Nusantara 02 Kesehatan maka, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Berdasarkan penelitian ini konsumsi makanan beragam tidak terdapat hubungan dengan status gizi pada siswa SMK Nusantara 02 Kesehatan Ciputat didapatkan nilai *p value* $0,933 > 0.05$.
- b. Berdasarkan penelitian ini pola hidup bersih tidak terdapat hubungan dengan status gizi pada siswa SMK Nusantara 02 Kesehatan Ciputat didapatkan nilai *p value* $0,410 > 0.05$.
- c. Berdasarkan penelitian ini aktivitas fisik terdapat hubungan dengan status gizi pada siswa SMK Nusantara 02 Kesehatan Ciputat didapatkan nilai *p value* $0,042 < 0.05$.
- d. Berdasarkan penelitian ini pemantauan berat badan tidak terdapat hubungan dengan status gizi pada siswa SMK Nusantara 02 Kesehatan Ciputat didapatkan nilai *p value* $0,822 > 0.05$.

V.2 Saran

Setelah meninjau hasil penelitian dan pembahasan, maka dirumuskan beberapa saran sebagai berikut:

- a. Bagi Responden
Saran yang diberikan bagi responden yaitu diharapkan responden mencari informasi mengenai pengetahuan pedoman gizi seimbang untuk lebih meningkatkan pengetahuan terkait makan makanan beragam, pola hidup bersih, aktivitas fisik, pemantauan berat badan normal dan dapat

mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari, dan lebih baik lagi informasi terkait pedoman gizi seimbang dapat diberikan kepada orang sekitar agar pengetahuan yang didapatkan lebih berwawasan luas dan dapat bermanfaat dalam ilmu yang telah diterima.

b. Bagi SMK Nusantara 02 Kesehatan

Diharapkan SMK Nusantara 02 Kesehatan Ciputat dapat membuat informasi mengenai makan makanan beragam, pola hidup bersih, aktivitas fisik dan pemantauan berat badan yang dapat di tempatkan di papan mading siswa sehingga informasi dapat tersebar luas.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dalam penelitiannya melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan makan makanan beragam, pola hidup bersih, aktivitas fisik dan pemantauan berat badan normal dengan status gizi.

