

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilaksanakan pada siswa-siswi di SMA Negeri 2 Bogor, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 57 responden (55,3%), memiliki usia 16 tahun (68%), uang saku termasuk kategori besar (75,7%), dan pendapatan orang tua didominasi dengan < UMR Kota Bogor (49,5%). Kualitas diet responden didominasi oleh kategori baik (50,5%), sebagian besar responden tidak ada peran atau pengaruh dari teman sebaya (53,4%) dan tidak terpapar media sosial (54,4%), serta mayoritas status gizi yang dimiliki oleh responden adalah status gizi normal (66%).
- b. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa kualitas diet berhubungan secara signifikan terhadap status gizi pada remaja di SMA Negeri 2 Bogor ($p = 0,000$).
- c. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa peran teman sebaya tidak berhubungan secara signifikan terhadap status gizi pada remaja di SMA Negeri 2 Bogor ($p = 0,210$).
- d. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa paparan media sosial tidak berhubungan secara signifikan terhadap status gizi pada remaja di SMA Negeri 2 Bogor ($p = 0,206$).

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

Peneliti menyarankan agar responden rutin mengukur berat dan tinggi badan agar mendapat data status gizi yang dimiliki, mencari informasi terkait pedoman gizi seimbang dan konsumsi makanan yang sesuai dengan anjuran atau pedoman. Selain itu, responden disarankan untuk lebih memperhatikan makanan yang dikonsumsi baik dari aspek kualitas atau jenis makanan, keberagaman, kecukupan,

atau keseimbangan. Hal-hal tersebut disarankan untuk dapat dilakukan agar mencegah terjadinya permasalahan gizi atau risiko permasalahan kesehatan lainnya pada remaja.

V.2.2 Bagi Institusi Sekolah

Peneliti menyarankan agar pihak sekolah dapat mengembangkan program atau menyediakan informasi edukatif yang berkaitan dengan gizi, seperti pedoman gizi seimbang, kualitas diet, serta berbagai faktor yang memengaruhi status gizi. Hal ini dilakukan agar meningkatkan wawasan terkait gizi yang dimiliki siswa sehingga lebih memperhatikan dalam memilih dan mengonsumsi makanan maupun minuman yang bergizi.

V.2.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian selanjutnya disarankan agar dapat mengeksplorasi lebih luas variabel-variabel lain yang berpotensi memengaruhi status gizi remaja, serta melibatkan sampel dan lokasi penelitian yang berbeda agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi remaja.