

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **VI.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian adalah sebagai berikut:

1. Siswa yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 53,6% dan siswa yang berjenis kelamin perempuan sebesar 46,4%
2. Siswa yang memiliki pengetahuan gizi yang kurang baik sebesar 31,0%
3. Siswa yang tidak terbiasa melakukan sarapan sebesar 40,5 %
4. Siswa yang memiliki asupan energi berlebih sebesar 36,9%
5. Siswa yang memiliki asupan protein berlebih sebesar 79,8%
6. Siswa yang memiliki asupan lemak berlebih sebesar 16,7 %
7. Siswa yang memiliki asupan karbohidrat berlebih sebesar 63,1 %
8. Siswa yang aktivitas fisik tidak aktif sebesar 52,4%
9. Siswa yang memiliki status gizi lebih sebesar 72,6%
10. Siswa yang pendapatan orangtua lebih sebesar 79,8%
11. Siswa dengan ibu yang tidak bekerja sebesar 52,4%
12. Tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan status gizi lebih ( $p = 0,94$ )
13. Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi siswa dengan status gizi lebih ( $p = 0,019$ )
14. Tidak ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan status gizi lebih ( $p = 0,052$ )
15. Ada hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan status gizi lebih ( $p = 0,027$ )
16. Tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan status gizi lebih. ( $p = 0,510$ )
17. Tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan lemak dengan status gizi lebih. ( $p = 0,902$ )
18. Tidak ada hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan status gizi lebih. ( $p = 0,745$ )

19. Ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan status gizi lebih. (p = 0,038)
20. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pekerjaan ibu dengan status gizi lebih. (p = 0,170)
21. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pendapatan orangtuadengan status gizi lebih. (p = 0,079)
22. Variabel asupan energi adalah variabel yang paling berpengaruh terhadap gizi lebih dengan nilai OR=2,6

## **VI.2 Saran**

### **VI.2.1 Bagi Sekolah**

1. Membuat kebijakan tentang kegiatan sarapan bersama disekolah minimal sebulan sekali yang dapat diikuti oleh seluruh siswa dan guru-guru.
2. Memberikan penyuluhan tentang pengetahuan gizi kepada seluruh siswa dan guru.
3. Melakukan senam rutin satu minggu sekali untuk meningkatkan aktivitas fisik.

### **VI.2.2 Bagi Orangtua**

1. Menyediakan sarapan yang sehat bagi anaknya dengan menu yang bervariasi setiap harinya sehingga anak tidak bosan dan mau melakukan sarapan
2. Memberikan dukungan anak untuk melakukan sarapan pagi, dan melakukan aktivitas fisik

### **VI.2.3 Bagi Peneliti Lain**

1. Melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor yang dapat mempengaruhi gizi lebih
2. Melakukan penelitian lanjutan dengan membandingkan dengan sekolah negeri dan swasta.