

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

VI.1 Kesimpulan

Beberapa kesimpulan yang didapatkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada 198 siswa kelas VII dan VIII SMP Yaspen Tugu Ibu 1 Depok adalah sebagai berikut :

- a. Sebanyak 49,5% dari jumlah responden memiliki status gizi lebih dan 50,5% lainnya tidak gizi lebih.
- b. Frekuensi konsumsi *fast food* kategori sering berdasarkan energi, protein, lemak, karbohidrat sebesar 50,5%, dan 49,5% lainnya kategori jarang.
- c. Sebesar 96% responden memiliki pengaruh paparan iklan *fast food* di media massa dalam kategori kuat dan sebesar 4% responden memiliki pengaruh lemah.
- d. Ada hubungan bermakna antara frekuensi konsumsi *fast food* berdasarkan asupan energi, protein, lemak dan karbohidrat dengan kejadian gizi lebih.
- e. Tidak ada hubungan yang bermakna antara iklan *fast food* di media massa dengan kejadian gizi lebih.

VI.2 Saran

a. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama sebaiknya dapat menggunakan desain penelitian yang berbeda sehingga dapat mengetahui hubungan sebab akibat serta dapat menggunakan variabel-variabel yang lebih beragam yang berhubungan dengan kejadian gizi lebih.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi pihak sekolah dapat memberikan edukasi kepada siswanya mengenai gizi dan makanan yang sebaiknya dikonsumsi dikarenakan

masih banyak siswa-siswa yang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai gizi. Diharapkan sekolah juga melakukan kegiatan pemantauan tumbuh kembang siswa/i dengan cara mengukur berat badan dan tinggi badan melalui Unit Kesehatan Masyarakat (UKS) secara rutin minimal satu bulan sekali.

c. Bagi Akademis

Bagi akademis diharapkan hasil penelitian ini dapat memperkaya keilmuan mengenai hubungan frekuensi konsumsi *fast food* dan iklan *fast food* di media massa terhadap kejadian gizi lebih.

