

BAB V

PENUTUP

V. 1 Kesimpulan

- a. Dalam penelitian ini sebanyak 45,6% siswa SD Mardi Yuana mengalami status gizi lebih berdasarkan IMT/U.
- b. Jenis kelamin siswa SD Mardi Yuana yang menjadi responden adalah 55,3% laki-laki dan 44,7% perempuan
- c. Dalam penelitian ini sebanyak 39,8% siswa memiliki pengetahuan gizi seimbang kurang dan sebanyak 60,2% memiliki pengetahuan gizi seimbang cukup.
- d. Dalam penelitian ini sebanyak 52,4% siswa memiliki frekuensi jajan sering dan sebanyak 47,6% memiliki frekuensi jajan jarang.
- e. Dalam penelitian ini sebanyak 19,4% mengonsumsi jajanan berbentuk panganan, sebanyak 49,4% mengonsumsi jajanan berbentuk porsi/makanan utama dan sebanyak 31,1% mengonsumsi jajanan berbentuk minuman.
- f. Dalam penelitian ini sebanyak 52,4% siswa memiliki frekuensi jajan sering dan sebanyak 47,6% memiliki frekuensi jajan jarang.
- g. Dalam penelitian ini, sebanyak 40,8% memiliki asupan yang besar dari jajanan (>20% dari AKG), sedangkan sebanyak 59,2% (59,2 responden) memiliki asupan yang kecil/sedikit dari jajanan (<20% dari AKG).
- h. Terdapat hubungan yang bermakna antara karakteristik responden jenis kelamin dengan status gizi lebih pada remaja awal di SD Mardi Yuana Depok
- i. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi lebih pada remaja awal di SD Mardi Yuana Depok
- j. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi jajan dengan status gizi lebih pada remaja awal di SD Mardi Yuana Depok.

- k. Terdapat hubungan yang bermakna antara kontribusi energi dari jajanan dengan status gizi lebih pada remaja awal di SD Mardi Yuana Depok

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang perlu dipertimbangkan bagi peneliti, antara lain :

a. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

- 1) Melakukan penyuluhan berkala untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang
- 2) Mengadakan penyuluhan berkala mengenai keamanan makanan khususnya jajanan anak sekolah
- 3) Mengontrol status gizi anak dengan cara menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara rutin (1 bulan sekali).

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang gizi khususnya tentang gizi seimbang dan konsumsi jajanan. Serta pihak sekolah diharapkan dapat memasukkan materi tentang pentingnya gizi seimbang dalam kehidupan dalam mata pelajaran yang berhubungan dengan hal tersebut.

c. Bagi Penelitian Selanjutnya

- 1) Untuk mengurangi bias dalam menggali asupan makanan/jajanan sebaiknya menggunakan alat bantu berupa *food model*.
- 2) Dalam menggunakan formulir *FFQ* diharapkan mencantumkan contoh cara mengisi dan arahan yang baik agar siswa dapat mengerti dan data yang dibutuhkan tepat dan lengkap.
- 3) Dalam pengambilan data food recall sebaiknya digunakan 3x 24 jam agar lebih tercerminkan asupan makanan/jajanan dari responden.

- 4) Melakukan penelitian dengan menggunakan metode lain dan pada penelitian selanjutnya dapat menggunakan sampel pembanding yaitu

