

BAB V

PENUTUP

V.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMPIT Ar-Rahmah Kabupaten Bogor dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswa yang memiliki status gizi gemuk (*overweight*) sebesar 21,4%, sedangkan siswa yang memiliki status gizi normal sebesar 78,6%.
2. Siswa dengan jenis kelamin laki-laki sebesar 47,1%, sedangkan siswa dengan jenis kelamin perempuan sebesar 52,9%.
3. Siswa dengan pengetahuan gizi yang kurang sebesar 5,7%, sedangkan siswa dengan pengetahuan yang baik sebesar 94,3%.
4. Siswa dengan kebiasaan jajan yang kurang baik sebesar 60%, sedangkan siswa dengan kebiasaan jajan yang baik sebesar 40%.
5. Siswa yang sering melakukan kebiasaan sarapan sebesar 77,1%, sedangkan siswa yang jarang melakukan kebiasaan sarapan sebesar 22,9%.
6. Siswa dengan aktivitas fisik yang ringan sebesar 48,6%, sedangkan siswa dengan aktivitas fisik yang sedang sebesar 51,4%.
7. Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi dalam penelitian ini adalah pengetahuan ($p\text{-value} = 0,029$), kebiasaan jajan ($p\text{-value} = 0,03$), kebiasaan sarapan ($p\text{-value} = 0,033$), dan aktivitas fisik ($p\text{-value} = 0,042$).

V.2 SARAN

1. Bagi Program Studi : Program studi memberikan program meliputi kegiatan yang dapat mengedukasi siswa siswi di sekolah-sekolah terkait pengetahuan gizi, kebiasaan jajan, kebiasaan sarapan dan aktivitas fisik.
2. Bagi Sekolah : Bekerja sama dengan pihak yang terkait institusi yang bergerak di bidang gizi untuk meningkatkan pengetahuan khususnya tentang zat gizi yang berperan sebagai sumber energi utama dikarenakan

pada soal tersebut masih banyak siswa yang tidak menjawab dengan benar, serta pentingnya sarapan pagi, kebiasaan jajan, dan aktivitas fisik bagi status gizi mereka.

3. Bagi Peneliti Lain : Diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang sudah ada, untuk pengembangan ilmu gizi di masa yang akan datang.

