

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian yang telah dipaparkan pada bab-bab sebelumnya, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Gambaran status gizi siswa SDS Kartika VIII-5 adalah persentase siswa yang mengalami gizi lebih (63.7%) dan siswa yang tidak gizi lebih (36.3%).
- b. Gambaran aktivitas fisik siswa SDS Kartika VIII-5 adalah persentase siswa yang memiliki aktivitas fisik rendah (52.9%) dan siswa yang memiliki aktivitas fisik tinggi (47.1%).
- c. Gambaran durasi tidur siswa SDS Kartika VIII-5 adalah persentase siswa memiliki durasi tidur pendek lebih tinggi (54.9%) dan siswa yang memiliki durasi tidur panjang (45.1%).
- d. Gambaran kebiasaan sarapan siswa SDS Kartika VIII-5 adalah persentase siswa memiliki kebiasaan sarapan yang jarang (52.9%) dan siswa yang memiliki kebiasaan sarapan yang sering (47.1%).
- e. Gambaran kebiasaan makan cepat saji siswa SDS Kartika VIII-5 adalah persentase siswa memiliki kebiasaan makan cepat saji sering (60.8%) dan siswa yang memiliki kebiasaan makan cepat saji jarang (39.2%).
- f. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih (*p-value* 0.003).
- g. Terdapat hubungan yang bermakna antara durasi tidur dengan kejadian gizi lebih (*p-value* 0.046).
- h. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan sarapan dengan kejadian gizi lebih (*p-value* 0.203).
- i. Terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan cepat saji dengan kejadian gizi lebih (*p-value* 0.035).

V.2 SARAN

V.2.1 Bagi Peneliti Lain

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan desain yang berbeda untuk melihat kecenderungan dan sebab akibat masalah gizi lebih pada anak sekolah dasar.

V.2.2 Bagi Profesi Gizi

Diharapkan profesi gizi bekerjasama dengan sekolah untuk memberikan penyuluhan tentang gizi lebih dan faktor-faktor yang menyebabkan gizi lebih di sekolah.

V.2.1 Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan pihak sekolah memberikan informasi mengenai hasil penelitian ini untuk menambah pengetahuan mengenai gizi lebih kepada seluruh warga sekolah melalui kegiatan-kegiatan, yakni mengadakan seminar yang diadakan di sekolah dan dihadiri seluruh warga sekolah yang juga melibatkan orang tua siswa. Orang tua diberikan masukan untuk memberikan motivasi kepada siswa dan memberikan contoh kepada anaknya agar dapat membiasakan beraktivitas fisik, memiliki durasi tidur yang cukup dan tidak membiasakan makan makanan cepat saji.