

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan pengetahuan gizi seimbang, sikap gizi seimbang, dan pendapatan keluarga pada remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Persentase remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022 yang menerapkan perilaku gizi seimbang baik sebesar 44,7% dan kurang sebesar 55,3%.
2. Persentase remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022 yang memiliki pengetahuan gizi seimbang baik sebesar 36,9% dan kurang sebesar 63,1%.
3. Persentase remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022 yang memiliki sikap gizi seimbang positif sebesar 60,2% dan negatif sebesar 39,8%.
4. Persentase remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022 yang memiliki pendapatan keluarga rendah sebesar 55,3% dan tinggi sebesar 44,7%.
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi seimbang dengan perilaku gizi seimbang pada remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022.
6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap gizi seimbang dengan perilaku gizi seimbang pada remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022.
7. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pendapatan keluarga dengan perilaku gizi seimbang pada remaja di MTsM Saning Bakar tahun 2022.

6.2 Saran

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mencari informasi mengenai gizi seimbang dari berbagai media, serta memahami dan menerapkan pesan-pesan yang terdapat dalam pedoman gizi seimbang dengan baik.

2. Bagi Sekolah

- 1) Sekolah dapat bekerjasama dengan Puskesmas Singkarak dan petugas kesehatan dalam memberikan informasi atau edukasi mengenai gizi seimbang kepada siswa karena diketahui persentase pengetahuan gizi seimbang kurang pada siswa masih cukup tinggi.
- 2) Sekolah dapat mengupayakan penyediaan fasilitas cuci tangan yang memadai untuk menunjang perilaku gizi seimbang yang baik oleh siswa, terutama dalam penerapan perilaku mencuci tangan dengan benar.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku gizi seimbang pada remaja.
- 2) Peneliti selanjutnya dapat melakukan intervensi melalui pendidikan gizi dengan berbagai media untuk mengetahui perkembangan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang siswa.
- 3) Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian perbandingan perilaku gizi seimbang pada remaja antar sekolah di wilayah kerja Puskesmas Singkarak.