

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

1. Sebagian besar kelompok kasus dan kelompok kontrol berjenis kelamin laki-laki (61,4%) dan sebagian besar kelompok kasus dan kelompok kontrol berumur 14 tahun (43,9%).
2. Sebagian besar kelompok kasus mempunyai pengetahuan gizi yang rendah (82,5%) dibandingkan dengan kelompok kontrol lebih dari separuh mempunyai pengetahuan gizi yang rendah (54,4%).
3. Kurang dari separuh kelompok kasus mempunyai aktivitas fisik yang ringan (43,9%) dibandingkan pada kelompok kontrol sebagian besar mempunyai aktivitas fisik yang ringan (61,4%).
4. Sebagian besar kelompok kasus mempunyai perilaku pemilihan makanan jajanan yang kurang (54,4%) dibandingkan pada kelompok kontrol sebagian kecil mempunyai perilaku pemilihan makanan jajanan yang kurang (33,3%).
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan resiko kejadian gizi lebih artinya pengetahuan gizi yang kurang mempunyai peluang 3,9 kali untuk resiko terjadinya gizi lebih dibandingkan dengan pengetahuan gizi yang tinggi.
6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian gizi lebih.

7. Terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku pemilihan makanan jajanan dengan resiko kejadian gizi lebih artinya perilaku pemilihan makanan jajanan yang kurang mempunyai peluang 2,3 kali untuk resiko terjadinya gizi lebih dibandingkan dengan perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik.

6.2 Saran

1. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk menyediakan kantin sehat agar siswa dapat mengkonsumsi makanan jajanan yang sehat. Kemudian melakukan pengawasan yang lebih intensif terhadap penjual makanan di kantin sekolah juga perlu dilakukan secara berkala oleh pihak sekolah. Selanjutnya pihak sekolah agar dapat meningkatkan kegiatan UKS, yaitu melakukan pengukuran dan memantau berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui masalah gizi secara dini.
2. Selain itu, pihak dinas kesehatan kota memberikan promosi kesehatan berupa penyuluhan atau pendidikan gizi kepada siswa dengan menggunakan media seperti pemasangan poster-poster kesehatan, leaflet, booklet, dll untuk meningkatkan pengetahuan siswa.
3. Orang tua hendaknya menyediakan jajanan sehat di rumah agar anak terhindar dari mengonsumsi jajanan tidak sehat yang banyak terdapat di luar rumah. Kebiasaan membawa bekal makanan kesekolah dan sarapan pagi juga perlu dibiasakan setiap hari untuk mengurangi kemungkinan membeli jajanan.

4. Pada penelitian lanjutan sebaiknya ditambahkan variabel-variabel lain yang diduga memiliki hubungan dengan gizi lebih pada remaja seperti pola makan, lingkungan, sosial budaya dan penghasilan orang tua.

