

## BAB 7 PENUTUP

### 7.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah:

1. Sebagian besar responden memiliki jenis kelamin laki-laki, berasal dari kelas VII, dan memiliki aktivitas fisik ringan.
2. Sebagian besar responden penelitian memiliki status gizi normal.
3. Hampir seluruh responden penelitian mengalami dehidrasi.
4. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan status hidrasi.

### 7.2 Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan, yaitu:

1. Pihak sekolah sebaiknya perlu memperbaiki kebijakan penyediaan air minum di sekolah melalui peningkatan jumlah penyediaan air minum sesuai dengan kebutuhan seluruh *civitas academica* sekolah.
2. Sebaiknya guru dan orang tua dilibatkan dalam penerapan kebijakan hidrasi siswa di sekolah melalui metode *focused group discussion*, sehingga didapatkan penjelasan mendalam mengenai hasil yang sudah didapatkan.
3. Selain penjelasan lengkap dalam *informed consent*, sekolah seharusnya juga terlibat aktif dalam pelaksanaan program yang dilaksanakan sehingga mampu mengoptimalkan keikutsertaan anak melalui izin orang tua.
4. Peneliti selanjutnya perlu melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi status hidrasi pada anak sekolah, seperti asupan cairan harian, komposisi tubuh, pengetahuan mengenai hidrasi, dan perilaku konsumsi cairan.