

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Faktor Determinan Status Gizi Pada Remaja di SMA Pusat Kota dan Pinggir Kota Padang , maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki status gizi tidak normal. (siswa SMAN pinggir kota Padang lebih banyak mengalami status gizi tidak normal dibandingkan dengan SMAN pusat kota)
2. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki pengetahuan gizi baik. (siswa SMAN pusat kota lebih banyak mengalami pengetahuan gizi baik dibandingkan dengan SMAN pinggir kota)
3. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki pola makan buruk. (siswa SMAN pinggir kota lebih banyak mengalami pola makan buruk dibandingkan dengan SMAN pusat kota)
4. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki kebiasaan sarapan baik. (siswa SMAN pusat kota lebih banyak mengalami kebiasaan sarapan baik dibandingkan dengan SMAN pinggir kota).

5. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki aktivitas rendah (siswa SMAN pusat kota lebih banyak mengalami aktivitas rendah dibandingkan dengan SMAN pinggir kota)
6. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki kualitas tidur buruk (siswa SMAN pinggir kota lebih banyak mengalami kualitas tidur kurang dibandingkan dengan SMAN pusat kota)
7. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki sosial ekonomi buruk (siswa SMAN pinggir kota lebih banyak mengalami sosial ekonomi buruk dibandingkan dengan SMAN pusat kota)
8. Sebagian besar siswa SMAN pusat kota dan pinggir kota Padang memiliki dukungan orang tua buruk (siswa SMAN pinggir kota lebih banyak mengalami dukungan orang tua buruk dibandingkan dengan SMAN pusat kota)
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja
10. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi remaja
11. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan status gizi remaja
12. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan status gizi remaja

13. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan status gizi remaja
14. Terdapat hubungan yang signifikan antara sosial ekonomi dengan status gizi remaja
15. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan status gizi remaja

6.2 Saran

Berdasarkan Kesimpulan penelitian, saran yang dapat diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Bagi remaja

- a. Diharapkan remaja dapat lebih memperhatikan pola makan dan diimbangi dengan melakukan aktivitas fisik yang dapat mempengaruhi status gizi.
- b. Diharapkan remaja meningkatkan pengetahuan mengenai gizi, untuk lebih memahami permasalahan gizi dan upaya dalam mencegah terjadinya masalah gizi.

2. Bagi pihak sekolah

- a. Diharapkan pihak sekolah dapat lebih memperhatikan gizi siswa dengan cara menyediakan makan yang sehat dan bergizi pada kantin sekolah.
- b. Diharapkan pihak sekolah dapat mengedukasikan mengenai pemilihan makanan sehat dan bergizi untuk menambah pengetahuan mengenai Kesehatan gizi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan peneliti selanjutnya sebagai rujukan untuk studi yang akan dilakukan. Dengan mempertimbangkan desain dan alat serta cara penelitian yang berbeda.

