

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VIII SMPN 1 Kota Malang, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut.

1. Rata-rata tingkat pengetahuan gizi responden sebesar 18,2 dan standart deviasi 2,89. sebanyak 43,7% memiliki kategori tingkat pengetahuan yang baik dan sebanyak 29,1% reponden memiliki kategori tingkat pengetahuan sedang, kemudian sisanya sebesar 27% responden memiliki kategori tingkat pengetahuan gizi yang kurang
2. Rata-rata Tingkat konsumsi responden sebesar 1841kkal termasuk dalam kategori sedang dan standart deviasi 621, sebesar 47,9% memiliki tingkat konsumsi sedang. Sebanyak 33,3% responden dengan tingkat konsumsi kurang dan 16,6% responden dengan tingkat konsumsi cukup sedangkan sisanya sebanyak 2% responden dengan tingkat konsumsi kategori lebih.
3. Rata-rata Responden memiliki aktivitas fisik tingkat ringan dan standart deviasi 0,13. Sebesar 66,6% termasuk dalam kategori aktivitas ringan sisanya sebanyak 33,3% termasuk dalam kategori aktivitas fisik tingkat sedang.
4. Rata-rata IMT responden 19,2 dan standart deviasi 3,64. sebagian besar memiliki status gizi kurang yaitu sebanyak 23 responden (47,9%), sedangkan responden dengan status gizi lebih sebanyak 6 responden (12,6%) dan 19 responden sisanya (39,5%) dengan status gizi normal.
5. Terdapat hubungan yang tidak bermakna antara tingkat pengetahuan gizi terhadap tingkat konsumsi pada α 0,05
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan gizi terhadap status gizi pada α 0,05
7. Terdapat hubungan yang tidak bermakna antara tingkat konsumsi energi terhadap status gizi pada α 0,05
8. Terdapat hubungan yang tidak bermakna antara aktivitas fisik terhadap status gizi dengan nilai α 0,05

B. Saran

Mengingat hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden di SMPN 1 Kota Malang memiliki status gizi Kurang yaitu sebanyak 23 responden (47,9%) maka pihak sekolah perlu membangun program UKS untuk memperbaiki status gizi responden dengan melibatkan guru dan petugas uks puskesmas wilayah SMPN 1 Malang. Dengan ini diharapkan dapat memperbaiki status gizi responden sehingga dapat menunjang kegiatan pembelajaran sehari-hari terutama untuk proses tumbuh kembang.