BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

1.1 Simpulan

Dengan dasar hasil penelitian diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Karakteristik responden siswa SD Swasta Al-Hidayah. Mayoritas usia pada penelitian ini yaitu 11 tahun sebanyak 19 orang (38%). Mayoritas jenis kelamin pada penelitian ini yaitu perempuan sebanyak 26 orang (52%). Mayoritas uang saku pada penelitian ini yaitu kategori besar (Rp.3.000-5.000) sebanyak 30 orang (60%). Mayoritas pekerjaan ayah pada penelitian ini yaitu wiraswasta sebanyak 37 orang (74%). Mayoritas pekerjaan ibu pada penelitian ini yaitu wiraswasta sebanyak 34 orang (68%). Mayoritas pendidikan ayah pada penelitian ini yaitu Tamatan SMA/ sederajat sebanyak 30 orang (60%). Mayoritas Pendidikan ibu pada penelitian ini yaitu Tamatan SMA/ Sederajat sebanyak 30 orang (60%). Mayoritas Pendapatan ayah pada penelitian ini yaitu sedang (Rp.1.500.000 – 3.500.000) sebanyak 24 orang (48%). Mayoritas pendapatan ibu pada penelitian ini yaitu tinggi (>Rp.3.500.000) sebanyak 29 orang (58%).
2. Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa mayoritas frekuensi jajan pada penelitian ini yaitu sering (>3x/seminggu) sebanyak 33 orang (66%).
3. Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa mayoritas aktivitas *Sedentary* pada penelitian ini yaitu tinggi (≥ 5 jam/hari) sebanyak 30 orang (60%).

4. Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa mayoritas status gizi pada penelitian ini yaitu gizi lebih sebanyak 33 orang (66%).
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi jajan dengan kejadian status gizi lebih di SD Swasta Al-hidayah ($p= 0,008$).
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas *Sedentary* dengan kejadian status gizi lebih di SD Swasta Al-hidayah ($p= 0,010$).
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi jajan dan aktivitas *Sedentary* dengan status gizi lebih. Diketahui nilai Sig.(p -value) $0,011 < 0,05$. Diketahui variabel yang paling mempengaruhi status gizi lebih pada siswa adalah frekuensi jajan dengan nilai OR= 4,161 yang dapat diartikan memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan dengan aktivitas *sedentary* terhadap kejadian status gizi lebih.

1.2 Saran

1. Bagi Pihak Sekolah

Perlu dilakukan penyuluhan kepada siswa SD Sawasta Al-Hidayah mengenai masalah gizi, khususnya mengenai gizi lebih yang berhubungan dengan konsumsi energi yang berlebih sekaligus mensosialisasikan kepada siswa-siswi bagaimana cara memilih makanan yang mengandung gizi seimbang.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian lanjutan dengan populasi dan sampel yang lebih besar untuk penelitian lanjutan dengan populasi dan sampel yang lebih besar untuk mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik dan akurat.