

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Dengan dasar hasil penelitian diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Karakteristik responden siswa/I SMAS Al Washliyah 1 Medan. Mayoritas usia pada penelitian ini yaitu 17 tahun sebanyak 17 orang (34%). Mayoritas uang saku pada penelitian ini yaitu kategori tinggi (>Rp10.000 – 20.000) sebanyak 28 orang (56%). Mayoritas pekerjaan ayah pada penelitian ini yaitu wiraswasta sebanyak 33 orang (66%). Mayoritas pekerjaan ibu pada penelitian ini yaitu tidak bekerja sebanyak 31 orang (62%). Mayoritas pendidikan ayah pada penelitian ini yaitu tamatan SMA/MA/ sederajat sebanyak 33 orang (66%). Mayoritas pendidikan ibu pada penelitian ini yaitu tamatan SMA/MA/ sederajat sebanyak 34 orang (68%). Mayoritas pendapatan orang tua pada penelitian ini yaitu sedang (Rp 1.500.000 – Rp 3.500.000) sebanyak 19 orang (38%).
2. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa frekuensi kebiasaan konsumsi jajanan manis pada penelitian ini yaitu kategori sering sebanyak 25 responden (50%) dan kategori jarang sebanyak 25 responden (50%).
3. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa mayoritas status gizi siswa/I yaitu normal sebanyak 33 orang (66%). sebagian lainnya gizi buruk 1 responden (2%), gizi kurang 2 responden (4%), gizi lebih 9 responden (16%), dan obesitas 5 responden (10%).

4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi jajanan manis dengan status gizi remaja SMAS Al Washliyah 1 Medan dengan hasil analisis korelasi yang diperoleh nilai $p\text{-value} = 0.085$ dan $r = 0,246$ yang artinya adanya hubungan yang positif.

5.1 Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil dari penelitian ini sebagian siswa/I memiliki status gizi lebih dan obesitas sehingga data ini bisa jadi referensi bagi orang tua agar dapat memperhatikan asupan zat gizi anaknya.
2. Berdasarkan hasil penelitian ini juga sebagian siswa/I memiliki status gizi lebih dan beberapa obesitas, hal ini didukung sekolah. Hal ini didukung dengan temuan pilihan makanan yang tersedia dikantin sekolah. Diharapkan agar pihak sekolah dapat lebih memperhatikan ketersediaan pilihan makanan dikantin sekolah guna meningkatkan status gizi siswa.

5.3 Saran

1. Bagi pihak sekolah

Perlu dilakukan penyuluhan kepada siswa/I SMAS Al Washliyah 1 Medan mengenai masalah gizi, khususnya mengenai gizi lebih yang berhubungan dengan konsumsi energi yang berlebih sekaligus mensosialisasikan kepada siswa/I bagaimana cara memilih makanan dan minuman 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 mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik dan akurat

