

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan :

1. Karakteristik responden, yaitu usia (30-49 tahun) sebesar 70,7%. Jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki 63,4%. Dan lama tinggal responden ≤ 2 tahun 73,2%.
2. Asupan karbohidrat termasuk kategori kurang sebesar 100%
3. Asupan protein termasuk kategori asupan cukup sebesar 70,7%
4. Asupan lemak termasuk asupan kurang sebesar 53,7%.
5. Tingkat stres pada responden termasuk kategori stres sedang sebesar 70,7%, stres ringan sebesar 9,8%, dan stres berat sebesar 19,5%.
6. Status gizi responden termasuk kategori normal sebesar 65,9%, kurang tingkat ringan 9,8%, kurang tingkat berat 4,9%, lebih tingkat ringan 12,2%, dan lebih tingkat berat 7,3%.
7. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,082$)
8. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,104$)
9. Hasil uji korelasi *rank spearman* menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara asupan lemak dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,045$)
10. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan status gizi ($p\text{-value} = 0,756$).

11. Uji multivariat tidak dilanjutkan dikarenakan tidak ada variabel yang berhubungan pada uji bivariat

5.2 Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat implikasi yang digunakan untuk peningkatan kesehatan pada Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) yaitu :

1. Hasil dari penelitian di UPTD Pelayanan Sosial Gelandangan dan Pengemis Pinangsori bahwa asupan lemak berhubungan dengan status gizi menunjukkan kualitas dan kuantitas konsumsi lemak memiliki kontribusi terhadap kondisi gizi pada PPKS. Oleh karena itu, program pembinaan yang dilakukan UPTD Pelayanan Sosial Gelandangan dan Pengemis Pinangsori bersama tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi gizi mengenai pemilihan sumber lemak yang lebih sehat serta pengaturan porsi makanan berlemak, terutama pada makanan tinggi lemak jenuh yang sering dikonsumsi oleh kelompok ini
2. Hasil dari penelitian yaitu tidak adanya hubungan antara asupan karbohidrat, protein, serta tingkat stres dengan status gizi mengindikasikan bahwa penilaian status gizi pada kelompok tidak dapat dilihat dari satu aspek saja. Status gizi pada populasi ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti akses pangan, pola konsumsi jangka panjang, kondisi kesehatan umum. Dengan demikian, intervensi gizi pada kelompok ini sebaiknya dilakukan melalui pendekatan komprehensif yang

memperhatikan kecukupan energi dan gizi, variasi jenis pangan, dan faktor gaya hidup lainnya.

3. Selain itu, hasil penelitian ini memberikan implikasi bahwa kegiatan pembinaan oleh UPTD Pelayanan Sosial Gelandangan dan Pengemis Pinangsori perlu memperkuat dukungan layanan kesehatan dan pemantauan status gizi secara berkala untuk mencegah risiko malnutrisi maupun kelebihan berat badan pada individu yang telah memasuki usia dewasa. Pemberdayaan melalui pelatihan keterampilan dan peningkatan kesejahteraan ekonomi juga berperan dalam mendukung akses pangan yang lebih berkualitas di masa mendatang.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Diharapkan adanya penelitian baru dengan populasi dan sampel yang lebih besar, serta dengan variabel yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti penyakit infeksi, pemorsian makanan, sosial ekonomi, akses pelayanan kesehatan, aktivitas fisik, metabolisme tubuh, sehingga dapat menjadi perbandingan referensi,
2. Diharapkan kepada UPTD Pelayanan Sosial Gelandangan dan Pengemis Pinangsori untuk lebih memerhatikan porsi makanan yang diberikan, melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan rutin, serta memerhatikan semua PPKS benar-benar mengonsumsi makanan yang telah diberikan.