

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai analisis status gizi remaja putri di SMA Mardi Waluya Cibinong Kabupaten Bogor, diperoleh hasil simpulan sebagai berikut :

- 1) Dari 104 responden ditemukan 59 (56,7%) responden dengan status gizi normal, sangat kurus 2 (1,9%) dan obesitas 6 (5,8%).
- 2) Dari 104 responden yang terdapat responden body image yang positif sebanyak 70 (67,3%), responden aktivitas fisik yang sedang sebanyak 50 (48,8%), responden pengetahuan gizi baik sebanyak 59 (56,7%), responden perilaku makan yang sehat sebanyak 77 (74,0%), dan responden teman sebaya yang tidak berpengaruh sebanyak 70 (67,3%).
- 2) Ada hubungan bermakna antara status gizi dengan body image dengan nilai *P Value* sebesar (0,001), aktivitas fisik dengan nilai *P Value* sebesar (0,037), dan pengetahuan gizi, dengan nilai *P Value* sebesar (0,027), perilaku makan dengan nilai *P Value* sebesar (0,000), dan tidak ada hubungan bermakna antara teman sebaya dengan status gizi dengan nilai *P Value* sebesar (0,359).

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan skripsi ini bisa digunakan sebagai bahan masukan dalam proses belajar dan sebagai data pembanding penyusunan skripsi. Peneliti

berikutnya disarankan dapat meneliti dengan variabel yang belum diteliti oleh peneliti, seperti penghasilan orang tua, pekerjaan orang tua, makanan kesukaan dan alergi.

5.2.2 Bagi masyarakat

Bagi orang tua hasil penelitian ini dapat menjadi masukan agar memberikan asupan makanan yang bervariasi dan sehat, mengajak serta remaja putri untuk aktif di dalam rumah.

5.2.3 Bagi instansi

Bagi instansi Pendidikan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dalam meningkatkan status gizi siswa SMA dengan program status gizi siswa seperti bawa bekal dari rumah, kantin menyediakan sumber makanan yang bervariasi dan sehat serta kegiatan olahraga yang lebih bervariasi.

