

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Asupan protein pada siswa kategori kurang sejumlah 38 orang (49,4%), baik 15 orang (19,5%), lebih 24 orang (31,2%) dan tidak ada keterkaitan yang signifikan terhadap asupan protein dengan status gizi (p value 0,335).
2. Asupan lemak pada siswa kategori kurang sejumlah 66 orang (85,7%), baik 9 orang (11,7%), lebih 2 orang (2,6%) dan tidak ada keterkaitan yang signifikan terhadap asupan lemak dengan status gizi (p value 0,370).
3. Asupan karbohidrat pada siswa kategori kurang sejumlah 63 orang (81,8%), baik 10 orang (13,0%), lebih 4 orang (5,2%) dan tidak ada keterkaitan yang signifikan terhadap asupan karbohidrat dengan status gizi (p value 0,285).
4. Distribusi pengetahuan gizi siswa kategori baik sejumlah 45 orang (58,4%), cukup 26 orang (33,8%) dan kurang 6 orang (7,8%) dan menurut hasil analisis tidak ada keterkaitan antara pengetahuan gizi dengan status gizi (p value 0,159).
5. Distribusi frekuensi status gizi siswa menurut IMT/U yang dikategorikan gizi kurang sejumlah 9 orang (11,7%), gizi baik sejumlah 50 orang (64,9%), gizi lebih sejumlah 16 orang (20,8%), dan obesitas sejumlah 2 orang (2,6%).

B. Saran

1. Bagi orang tua siswa
Diantisipasi bahwasanya orang tua akan meningkatkan pengetahuan mereka terkait makanan sehat yang ramah anggaran, memungkinkan mereka guna menawarkan makanan yang bervariasi dan bergizi guna anak-anak mereka.
2. Bagi siswa
Diharapkan siswa lebih mengonsumsi makanan yang beragam dan bergizi seimbang seperti dalam setiap porsi makan terdapat sumber karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur dan buah sehingga bisa mempertahankan status gizi optimal.
3. Bagi pihak sekolah
Diantisipasi bahwasanya lembaga pendidikan akan berkolaborasi dengan berbagai sektor, khususnya organisasi kesehatan, guna menjalankan studi terkait gizi seimbang di antara anak-anak umur sekolah guna meningkatkan pemahaman siswa terkait konsumsi nutrisi yang sehat dan bervariasi. Bagi peneliti selanjutnya

Diantisipasi bahwasanya penelitian tambahan akan dilakukan dengan menggabungkan variabel lain yang berdampak pada status gizi siswa sekolah dasar, termasuk tingkat aktivitas fisik, faktor sosial ekonomi keluarga, dan pengaruh budaya atau lingkungan.