

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan gizi, pola konsumsi dengan obesitas siswa SMA Negeri 7 Malang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Tingkat pengetahuan gizi siswa X-5 di SMA Negeri 7 Malang kategori rendah sebanyak 17 siswa (56,7%).
- b. Siswa di SMA Negeri 7 Malang yang mengalami obesitas 15 siswa (50%) dari 30 siswa.
- c. Pola makan siswa di SMAN Negeri 7 Malang kategori baik sebanyak 15 siswa (50%)
- d. Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan obesitas pada siswa SMA Negeri 7 Malang.
- e. Terdapat hubungan antara pola makan dengan obesitas pada siswa SMA Negeri 7 Malang.
- f. Terdapat hubungan .antara tingkat pengetahuan dengan pola makan pada siswa SMA Negeri 7 Malang.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil evaluasi terhadap penelitian yang telah dilaksanakan, maka saran yang dapat diberikan yaitu :

- a. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti variabel sosial ekonomi dan faktor yang mempengaruhi lainnya.
- b. Bagi pihak sekolah dapat memberikan penyuluhan terkait dengan pengetahuan mengenai gizi seimbang dan makanan bergizi