

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan penelitian sebagai berikut:

1. Dari jumlah 30 responden di kelas X-12 memiliki pengetahuan dengan persentase (23,33%) siswa-siswi termasuk dalam kategori baik, dengan persentase (60%) siswa-siswi termasuk dalam kategori cukup, sedangkan dengan persentase (16,66%) siswa-siswi termasuk dalam kategori kurang.
2. Jumlah siswa-siswi di kelas X-12 memiliki pola makan yang tidak beragam dengan persentase (70%) dan siswa-siswi yang memiliki pola makan beragam dengan persentase (30%).
3. Dari jumlah 30 responden di kelas X-12 terdapat persentase (36,6%) termasuk dalam kategori normal, dan persentase (6,7%) termasuk dalam kategori gizi lebih, sedangkan yang termasuk dalam kategori obesitas yaitu dengan persentase (56,7%).
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan pola makan pada siswa-siswi di kelas X-12, yaitu memperoleh hasil $p=0,000$.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi di kelas X-12, yaitu memperoleh hasil $p=0,000$.

B. Saran

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

1. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk meneliti tentang faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti faktor ekonomi dan faktor yang mempengaruhi lainnya
2. Bagi pihak sekolah dapat memberikan penyuluhan terkait dengan pengetahuan mengenai gizi dan pola makan yang benar