

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan tingkat pengetahuan dan konsumsi jajanan terhadap total konsumsi energi protein dengan status gizi remaja di SMAN 6 Denpasar, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Tingkat pengetahuan sampel berkisar antara 50-100, dengan rata-rata 74,2 (SD= 10.397). Sebagian besar sampel termasuk dalam kategori baik, yaitu sebanyak 37 sampel (50,7%).
2. Konsumsi energi jajanan berkisar antara 0-1.577 kkal, dengan rata-rata konsumsi energi jajanan adalah sebesar 814,5 kkal (SD=265.070). Konsumsi protein jajanan berkisar antara 0-55,1 gram, dengan rata-rata konsumsi protein jajanan adalah sebesar 23,5 gram (SD=9,04508).
3. Total konsumsi energi berkisar antara 1.570-4.778 kkal, dengan rata-rata 2.526,6 kkal (SD = 708.463). Total konsumsi protein berkisar antara 43-130 gram, dengan rata-rata 69,1 gram (SD=16,986).
4. Status gizi remaja berdasarkan IMT/U sebagian besar sampel memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 60 sampel (82,2%), obesitas sebanyak 4 sampel (5,5%), gemuk sebanyak 7 sampel (9,6%) dan kurus sebanyak 2 sampel (2,7%).
5. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi energi jajanan ($p=0,033$ dan $r=0,250$). Namun tingkat pengetahuan tidak ada hubungan dengan konsumsi protein jajanan ($p=0,314$ dan $r=0,119$).

6. Ada hubungan antara konsumsi energi jajanan dengan total konsumsi energi ($p=0,007$ dan $r=-0,313$). Namun konsumsi protein jajanan tidak ada hubungan dengan total konsumsi protein ($p=0,91$ dan $r=-0,199$).
7. Ada hubungan antara total konsumsi energi dengan status gizi ($p=0,00$ dan $r=0,658$). Demikian juga ada hubungan antara total konsumsi protein dengan status gizi ($p=0,00$ dan $r=0,666$).

B. Saran

1. Kepada pihak sekolah SMAN 6 Denpasar agar bekerjasama dengan Puskesmas II Denpasar Selatan untuk memberikan penyuluhan dengan materi 3BA (Beragam, bergizi, berimbang dan aman), khususnya mengenai frekuensi konsumsi jajanan yang tepat dan ciri-ciri jajanan yang segar serta aman untuk dikonsumsi.
2. Karena penelitian ini hanya menghubungkan konsumsi jajanan di sekolah dengan total konsumsi dalam sehari, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terhadap total konsumsi jajanan di luar sekolah terhadap total konsumsi dalam sehari.

