

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan judul kajian Gambaran Hubungan Konsumsi Zat Gizi makro dengan Status Gizi Narapidana dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Hasil kajian pustaka mengenai karakteristik sampel ditemukan usia sampel paling muda, yakni usia 17 tahun dan yang paling tua berusia 58 tahun. Untuk karakteristik sampel berdasarkan jenis kelamin dari 7 artikel, 3 artikel menyebutkan perempuan menjadi sampel, dan 4 artikel menyebutkan laki-laki menjadi sampel.
- 2) Hasil kajian pustaka dari 3 artikel mengenai gambaran konsumsi zat gizi makro narapidana menunjukkan hasil yang bervariasi yaitu, pada konsumsi karbohidrat berada pada rentang konsumsi kurang (72,2%) dan lebih (74,3%), konsumsi protein pada rentang kurang (94,4%) dan lebih (62,9%) dan konsumsi lemak pada rentang kurang (91,5%) dan lebih (18,1%).
- 3) Hasil kajian pustaka dari 4 artikel terkait data status gizi sampel menunjukkan status gizi narapidana berada pada status gizi normal dengan rentangan 66,7%.
- 4) Hasil kajian pustaka dari 3 artikel terkait hubungan konsumsi zat gizi makro dengan status gizi narapidana yaitu, terdapat 2 artikel menyatakan tidak terdapat hubungan antara konsumsi zat gizi makro dengan status gizi narapidana.

Sedangkan 1 artikel menyatakan terdapat hubungan lemah positif terhadap hubungan antara konsumsi zat gizi makro dengan status gizi narapidana.

B. Saran

Berdasarkan hasil kajian mengenai Gambaran Hubungan zat Gizi Makro dengan Status Gizi Narapidana, kesimpulan dapat dikemukakan beberapa saran terkait

- 1) Bagi institusi disarankan untuk lebih memperhatikan menu yang disediakan dan menu makanan sebaiknya bervariasi dengan kandungan gizi yang seimbang sehingga kebutuhan zat gizi warga binaan dapat terpenuhi
- 2) Bagi warga binaan yang memiliki status gizi obesitas disarankan untuk tetap menjaga status gizi agar dalam kategori normal dengan memperhatikan asupan makanan