

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan gizi, pola makan dan status gizi siswa SMA Negeri 3 Konawe Selatan tahun 2024, dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengetahuan gizi siswa di SMAN 3 Konawe Selatan 56,8 % kategori baik
2. Pola makan siswa di SMAN 3 Konawe Selatan kategori ditemukan 50% tergolong baik dan 50% masih kurang.
3. Status gizi siswa di SMAN 3 Konawe Selatan sebagian besar tergolong baik yaitu 70,5%.
4. Pengetahuan gizi menggambarkan bahwa semakin rendah tingkat pengetahuan siswa maka semakin tinggi jumlah siswa yang mengalami gizi kurang.
5. Pola makan menggambarkan bahwa semakin kurang pola makan maka semakin tinggi juga jumlah Siswa yang mengalami masalah gizi kurang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diajukan adalah:

1. Diharapkan bagi setiap institusi pendidikan agar bisa bekerja sama dengan pihak puskesmas agar diberikan penyuluhan kesehatan kepada remaja khususnya gizi seimbang .
2. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti faktor- faktor yang mempengaruhi status gizi pada remaja