

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan siswa/i di SMA Swasta Eria Medan mengkonsumsi makanan yang tinggi lemak,, tinggi gula . hal ini ditunjukkan dalam hasil analisis, bahwa konsumsi jajanan tidak baik sebesar 57,1% dan konsumsi jajanan baik sebesar 42,9%.
2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan siswa/i SMA Swasta Eria Medan mengalami *overnutrition* (*obesitas*) sebesar 63,3% dan yang mengalami *overweight* sebesar 36,7%.
3. Adanya pengaruh antara Konsumsi Jajanan dengan Tingkat *Overnutrition* di SMA Swasta Eria Medan. Hal ini dapat dilihat dengan Uji Chi-Square dimana diperoleh p-value sebesar 0,044 yang dimana p-value <0,05.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan edukasi terkait pola konsumsi makanan siswa agar sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut terkait pola konsumsi jajanan agar penelitian lebih optimal.

