

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait hubungan kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja putri SMA Cokroaminoto Sukaresmi Kabupaten Cianjur tahun 2019, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar remaja putri SMA Cokromoaminoto Sukaresmi status gizinya kurang.
2. Sebagian besar remaja putri SMA Cokromoaminoto Sukaresmi mempunyai kebiasaan makan kurang baik.
3. Tidak adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dengan status gizi pada remaja putri di SMA Cokroaminoto Sukaresmi pada tahun 2019.

#### **5.2. Saran**

Adapun saran yang dibuat peneliti perihal penelitian yang telah dilaksanakan di SMA Cokroaminoto Sukaresmi Kabupaten Cianjur :

1. Bagi Institusi Pendidikan Sekolah Menengah Atas  
Sebaiknya sekolah membuat perencanaan untuk memberikan penyuluhan mengenai gizi terkait makanan yang baik yang harus

dikonsumsi sesuai kebutuhan untuk usia siswa-siswi agar dapat mewujudkan sekolah yang memiliki siswa-siswi yang sehat.

## 2. Bagi Remaja

Remaja disarankan agar memantau status gizi sehingga dapat mengetahui status gizinya dan dapat memperbaiki kebiasaan makan yang kurang baik.

## 3. Bagi Puskesmas

Disarankan agar pihak puskesmas dapat mengoptimalkan pendidikan kesehatan bagi remaja dan bekerjasama dengan pihak sekolah untuk melakukan program penyuluhan gizi pengetahuan tentang gizi dapat lebih mudah dipahami oleh para siswa.

## 4. Bagi Prodi Kesehatan Masyarakat Bhakti Kencana University

Diharapkan dapat digunakan untuk menambah kepustakaan dan memanfaatkan informasi bagi program kesehatan masyarakat mengenai status gizi bagi remaja.

## 5. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi dalam peneliti selanjutnya. Dan lebih baik untuk peneliti selanjutnya diharapkan agar melibatkan lebih banyak variabel lain, karena masih banyak variabel lain yang tidak diteliti.