

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan antara pengetahuan sarapan dengan status gizi pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya dengan nilai $p = 0,008$ ($p < 0,05$).
2. Terdapat hubungan antara pengetahuan makanan jajan dengan status gizi pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Madrasah Aliyah Negeri 1 Kuburaya

Sekolah diharapkan lebih aktif dalam menyelenggarakan edukasi gizi tentang pengetahuan sarapan dan makanan jajan, baik melalui penyuluhan rutin yang melibatkan ahli gizi dari puskesmas sekitar dan dilakukan secara berkala (setiap 3 bulan sekali), kegiatan ekstrakurikuler, maupun integrasi materi gizi dalam mata pelajaran, guna meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya sarapan dan pemilihan makanan jajan yang sehat.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas, misalnya mencakup faktor lain seperti aktivitas fisik, pola tidur, atau psikososial yang juga berpengaruh terhadap status gizi remaja.

