

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMAN 5 Pekanbaru dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar asupan energi responden dalam kategori lebih sebanyak 69,2%
2. Sebagian besar asupan karbohidrat responden dalam kategori lebih sebanyak 61,5%
3. Sebagian besar asupan Protein responden dalam kategori lebih sebanyak 65,4%
4. Sebagian besar asupan Lemak responden dalam kategori lebih sebanyak 59,6%

6.2 Saran

Diharapkan pada pihak sekolah dapat memberi motivasi dan konseling kepada siswa/I dalam hal kebutuhan gizi seimbang dan pola makan yang baik seperti mengadakan kegiatan penyuluhan berkolaborasi dengan tenaga kesehatan setempat. Diharapkan pada peneliti selanjutnya mengembangkan penelitian dengan menghubungkan variabel-variabel yang lebih banyak misalnya media, keluarga, ekonomi, lingkungan, sosial, pengalaman dan lain sebagainya.