

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Simpulan**

1. Asupan energi dari makanan jajanan yang termasuk kedalam kategori tidak baik  $>20\%$  kebutuhan berdasarkan AKG yaitu sebanyak 31 siswa (75,6%) dan yang termasuk kedalam kategori baik  $\leq 20\%$  kebutuhan berdasarkan AKG yaitu 10 siswa (24,4%).
2. Aktivitas fisik yang termasuk kedalam kategori kurang aktif sebanyak 21 siswa (51,2%) dan yang termasuk kedalam kategori aktif sebanyak 20 siswa (48,8%).
3. Status gizi kategori gizi kurang sebanyak 3 siswa (7,3%), status gizi baik sebanyak 27 siswa (65,9%), status gizi lebih sebanyak 5 siswa (12,2%) dan status gizi obesitas sebanyak 6 siswa (14,6%).
4. Proporsi anak yang berstatus gizi lebih sebagian besar ditemukan pada anak yang asupan energi makanan jajanannya baik (30%) dibandingkan dengan anak yang asupan energi makanan jajannya tidak baik (25,8%).
5. Proporsi anak yang status gizi lebih sebagian besar ditemukan pada anak yang aktivitasnya aktif (28,6%) dibandingkan dengan anak yang aktivitas fisiknya kurang aktif (25%).

## **6.2 Saran**

1. Sebaiknya untuk pihak sekolah membuat pedoman kantin sehat agar kantin dapat menjual makanan yang sehat, bergizi seimbang, dan aman.
2. Memaksimalkan peran guru untuk memberikan edukasi kepada siswa tentang jajanan yang baik dan sehat dengan menempelkan poster gizi seimbang, bahaya jajanan tidak baik disekitar kantin agar siswa dapat lebih mudah memahami dan mengingatnya.
3. Sebaiknya untuk pihak sekolah agar memberikan opsi kegiatan aktivitas ekstrakurikuler yang beragam agar siswa tertarik untuk melakukan aktivitas fisik.