

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di bab sebelumnya mengenai Gambaran Pengetahuan Siswa Kelas X dan XI mengenai makanan instan dapat disimpulkan bahwa :

Pengetahuan siswa kelas X dan XI mengenai makanan instan di SMA Negeri 3 Cimahi menunjukkan pengetahuan baik yaitu sebanyak 42 siswa (47,7 %), sedangkan yang memiliki pengetahuan cukup yaitu 40 siswa (45,5%), dan yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebesar 6 siswa (6,8 %).

5.2 Rekomendasi

5.2.1 Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan pengaplikasian dari pengetahuan remaja dalam mengkonsumsi makanan instan terhadap kesehatan sehingga dapat menjadi masukan bagi para remaja untuk berkomitmen dalam membatasi mengkonsumsi makanan instan dan memperbaiki pola makannya.

5.2.2 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk melakukan intervensi berikutnya dengan memunculkan mata ajaran khusus yang berfokus pada masalah gizi remaja khususnya dalam menanggulangi atau menambah informasi terkait pengetahuan remaja mengenai makanan instan

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi untuk data dasar penelitian selanjutnya dalam mengoptimalkan pengetahuan remaja yang gemar mengkonsumsi makanan instan.

5.2.4 Bagi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengembangan ilmu keperawatan dan informasi untuk mengedukasi kalangan remaja mengenai makanan instan.