

BAB V

KESIMPULAN, DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar siswa/i kelas XI SMAN 2 Sleman memiliki aktivitas fisik sedang yaitu 25 orang (55%).
2. Sebagian besar siswa/i kelas XI SMAN 2 Sleman memiliki status gizi normal yaitu 36 orang (78%).
3. Terdapat kecenderungan semakin rendah aktivitas fisik semakin tinggi remaja memiliki status gizi gemuk dan obesitas.

B. Saran

1. Bagi Siswa/i Kelas XI SMAN 2 Sleman

Bagi siswa/i yang memiliki status gizi gemuk dan obesitas dengan aktivitas fisik ringan ditingkatkan supaya status gizi menjadi normal.

2. Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman

Bekerjasama dengan sekolah untuk melakukan perhatian khusus terhadap remaja mengenai status gizi gemuk dan obesitas pada remaja yang terjadi di Kabupaten Sleman berupa posyandu remaja dengan cara mengajak remaja untuk rutin hadir di posyandu remaja desa masing-masing.

3. Bagi Pihak Sekolah

Bekerjasama dengan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta untuk memberikan sosialisasi tentang pentingnya status gizi pada remaja untuk saat ini dan kehidupan yang akan mendatang

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut dengan meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi status gizi siswa/i kelas XI SMAN 2 Sleman seperti perilaku atau kebiasaan makan dan pengetahuan gizi.