

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki usia yang termasuk kedalam kategori pra lanjut usia yaitu sebanyak 67,59%, responden memiliki IMT dengan kategori normal sebanyak 40,74% . Responden dengan Jenis kelamin perempuan sebanyak (83,3%), pendapatan rendah sebanyak (77,8%), tidak bekerja yaitu sebanyak (87%), akses tempat tinggal yang dekat dengan pelayanan kesehatan sebanyak (49,1%).
2. Sebagian besar responden memiliki status gizi baik (90,7%), sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik (56,5%), dan persentase tingkat kecukupan protein pada responden sebagian besar berada pada kategori baik (52,8%).
3. Tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi seimbang dengan status gizi Lansia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II.
4. Tidak terdapat hubungan antara tingkat kecukupan protein dengan status gizi Lansia di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Utara II

B. SARAN

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan informasi mengenai pengetahuan gizi seimbang dan tingkat kecukupan protein terhadap peningkatan status gizi yang didapatkan selama proses penelitian dapat dimanfaatkan untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada lansia.

2. Bagi Mahasiswa

Pengalaman dan pengetahuan yang sudah didapatkan selama proses penelitian diharapkan dapat diterapkan agar dapat menjadi nutrisionis yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu gizi di masa yang akan datang.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi di bidang gizi masyarakat terutama terkait pengetahuan gizi seimbang dan tingkat kecukupan protein pada Lansia.

