

## BAB VII

### PENUTUP

#### 7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah disampaikan pada bab sebelumnya, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat pendidikan sebagian besar responden (79,8%) tergolong rendah. Mayoritas responden (67%) tidak memiliki pekerjaan atau sebagai ibu rumah tangga. Sebanyak 32,3% responden memiliki status gizi *overweight* dan 34,3% responden memiliki status gizi obesitas.
2. Jenis makanan olahan yang berisiko mengandung BTM berbahaya, yang paling banyak dikonsumsi oleh responden dari golongan sereal dan umbi-umbian adalah mie instan, dari golongan hewani adalah bakso, dari golongan protein nabati adalah tahu, dari golongan jajanan adalah cilok, dan dari golongan serba-serbi adalah penyedap rasa.
3. Makanan olahan berisiko mengandung BTM berbahaya yang dikonsumsi dalam frekuensi harian dari golongan sereal dan umbi-umbian adalah mie instan, dari golongan hewani adalah bakso, dari golongan protein nabati adalah tahu, dari golongan jajanan adalah *snack* ringan, dan dari golongan serba-serbi adalah penyedap rasa/vetsin.
4. Makanan olahan berisiko mengandung BTM berbahaya yang paling banyak dikonsumsi dalam porsi besar dari golongan sereal dan umbi-umbian adalah mie instan, dari golongan hewani adalah sosis, dari

- golongan protein nabati adalah tahu, dari golongan jajanan adalah siomay, dan dari golongan serba-serbi adalah minuman rasa buah.
5. Sedangkan makanan olahan berisiko mengandung BTM berbahaya yang paling banyak dikonsumsi berdasarkan beratnya (dalam satuan gram/hari) dari golongan sereal dan umbi-umbian adalah mie instan, dari golongan hewani adalah bakso, dari golongan protein nabati adalah tahu, dari golongan jajanan adalah cilok, dan dari golongan serba-serbi adalah minuman rasa buah.
  6. Rata-rata intake energi responden dari makanan olahan yang dikonsumsi dalam sehari adalah 1859,76 kkal. Sedangkan rata-rata intake total makanan responden dalam sehari adalah 2215,68 kkal. Sehingga proporsi energi dari makanan olahan dibandingkan dengan energi dari total makanan yang dikonsumsi sehari adalah 83,94%.
  7. Tidak ada hubungan yang signifikan antara asupan energi makanan olahan dengan nilai Indeks Massa Tubuh (IMT) pada responden penelitian.

## 7.2 Saran

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah melakukan konfirmasi bahan makanan secara lebih mendalam saat wawancara sehingga dapat mengoptimalkan ingatan responden mengenai makanan-makanan apa saja yang sudah dikonsumsi beserta jumlah dan frekuensinya.