

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dijelaskan sebelumnya, status gizi anak dalam kategori gizi baik sebanyak 55 responden (64,0%), kategori gizi lebih 24 responden (27,9%) serta kategori obesitas sebanyak 7 responden (8,1%). Sedangkan anak dengan gangguan tidur sebanyak 28 responden (32,6%) dan tidak ada gangguan tidur sebanyak 58 responden (67,0%).

Hasil uji statistik *Kendall-tau* diperoleh nilai *p-value* sebesar  $0.659 > 0.05$ , artinya bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan gangguan tidur pada anak usia 6-12 di Desa Kenteng Kabupaten Semarang. Maka dapat disimpulkan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) ditolak.

#### **B. Saran**

##### 1. Bagi Pelayanan Kesehatan

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi wawasan dan memberikan informasi pada petugas kesehatan tentang hubungan antara status gizi dengan gangguan tidur pada anak usia 6-12 tahun.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dalam memberikan penyuluhan tentang keseimbangan status gizi dengan kualitas tidur anak.

2. Bagi Institusi

- a. Dapat menambah referensi penelitian di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dijadikan sebagai data pendukung untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi orang tua dan anak

Diharapkan orang tua anak agar lebih meningkatkan pengetahuan dan perhatian tentang status gizi dan gangguan tidur anak.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian tentang status gizi dan gangguan tidur pada anak.