

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Prevelensi status gizi lebih (Obesitas) berdasarkan IMT pada wanita petani kopi sebesar 47,8%. Sedangkan status gizi lebih (Obesitas) berdasarkan Rasio Lingkar Pinggul dan Panggul (RLPP) sebesar 84,8% hasil RLPP lebih tinggi dibandingkan hasil IMT.
2. Berdasarkan asupan energi wanita petani kopi dengan asupan lebih sebanyak 45,7% dan asupan kurang sebanyak 13,0%.
3. Berdasarkan asupan protein wanita petani kopi dengan asupan lebih sebanyak 39,1% dan asupan kurang sebanyak 23,9%.
4. Berdasarkan asupan lemak wanita petani kopi dengan asupan lebih sebanyak 43,5% dan asupan kurang sebanyak 19,6%.
5. Berdasarkan asupan karbohidrat wanita petani kopi dengan asupan lebih sebanyak 45,7% dan asupan kurang sebanyak 17,4%.
6. Sebanyak 2,2% tidak sekolah, 52,2% tamat SD/ sederajat, 8,7% tamat, 37,0% tamat SMA/ sederajat.
7. Sebanyak 60,8% memiliki penghasilan di bawah UMR, 39,1% memiliki penghasilan diatas UMR.
8. Sebanyak 45,7% dengan pengetahuan kurang, 34,8% dengan pengetahuan cukup, 19,6% dengan pengetahuan baik.

#### **B. Saran**

1. Pihak puskesmas bersama dengan kader di Desa Sukananti mengajak, merangkul wanita petani kopi untuk ikut kegiatan senam bersama yang diadakan setiap hari jumat pagi dan mengadakan penyuluhan gizi dengan tema gizi seimbang, serta memberikan konseling dan edukasi kepada wanita petani kopi terkait diet rendah kalori.
2. Bagi wanita petani kopi meningkatkan pengetahuan terkait dengan gizi seimbang dan berpartisipasi ikut kegiatan senam setiap hari jum'at pagi yang

diadakan oleh puskesmas dan kader Desa Sukananti, dan menyimak materi penyuluhan yang disampaikan oleh pihak puskesmas.

