

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan dapat disimpulkan beberapa hal, yaitu sebagai berikut:

1. Karakteristik responden berdasarkan usia responden yaitu 13 tahun dengan jumlah 13 orang atau 35,1% responden, pekerjaan ayah paling banyak yaitu wiraswasta, pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga, pendapatan ayah terbanyak sebesar Rp.1.000.000-Rp.2.000.000/Bulan, sedangkan pendapatan ibu <Rp.500.000/ Bulan, jumlah anggota keluarga terbanyak yaitu keluarga sedang (5-6 orang).
2. Hasil *food recall* 3x24 jam dengan jumlah paling dominan yaitu kebutuhan karbohidrat dengan kategori lebih berjumlah 30 orang (81,1 %), kebutuhan lemak dengan kategori lebih berjumlah 29 orang (78,4 %), kebutuhan energi dengan kategori normal berjumlah 23 orang (62,2%) kebutuhan protein dengan kategori normal berjumlah 26 orang (70,3 %).
3. Kategori status gizi kurang sebanyak 5 orang (13,5%), kategori status gizi baik berjumlah 23 orang (62,2%), kategori gizi lebih sebanyak 8 orang (21,6%) dan kategori status gizi obesitas sebanyak 1 orang (2,7%)
4. Adanya hubungan positif signifikan antara konsumsi makanan dengan status gizi santriwati di Pondok Pesanren Modern Ta'dib Al-Syakirin Medan, yang paling berpengaruh yaitu nilai energi ($p=0,002$) dan karbohidrat ($p=0,038$).

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa implikasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan status gizi anak yang tinggal di panti asuhan, yaitu:

1. Hasil penelitian yang dilakukan di Pesantren Modern Ta'dib Al-Syakirin masih terdapat beberapa santri yang tidak memenuhi kebutuhan konsumsi makanan sehingga data tersebut dapat dijadikan referensi untuk pesantren agar memastikan semua santri mendapatkan cukup konsumsi makanan sehingga tingkat kecukupan zat gizi terpenuhi seperti santri lain yang tingkat kecukupan zat gizinya normal.
2. Hasil dari penelitian yang dilakukan di Pesantren Modern Ta'dib Al-Syakirin masih terdapat santri yang memiliki status gizi kurang sehingga data tersebut dapat dijadikan referensi untuk pesantren untuk selalu memantau konsumsi dan kesehatan warga binaannya sehingga warga binaannya dapat tumbuh dan berkembang seperti anak-anak lain yang tinggal dengan keluarganya.

5.3. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian diatas, maka disarankan hal-hal sebagai berikut :

1. Agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan akurat, diharapkan agar penelitian berikutnya dilakukan dengan pendekatan yang berbeda dan dengan menambah jumlah sampel lebih banyak dari sebelumnya.
2. Diharapkan kepada dinas terkait dan pengelola pesantren untuk tetap menyediakan makanan yang cukup, bergizi, dan aman untuk warga binaannya dengan baik sehingga dapat tumbuh menjadi pribadi yang sehat dan kuat dimasa depan.

THE
Character Building
UNIVERSITY