

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini yang telah penulis lakukan dengan judul “Analisis Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Pangan Dengan Asupan Energi Sarapan Pada Siswa Sd Negeri 020619 Binjai Dalam Program GENIUS ” maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil karakteristik responden menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 42 orang (50,6%) dan perempuan 41 orang. responden berusia 12 tahun 30 orang (36,1%). Sebagian besar responden memiliki uang saku sebesar Rp 5.000-10.000 sebanyak 30 orang (36,1%). Sebagian besar pendidikan orang tua responden adalah SMA/ sederajat sebanyak 30 orang (36,1%). Sebagian besar pekerjaan orang tua responden sebagai PNS/TNI/Polri sebanyak 30 orang (36,1%).
2. Hasil pengetahuan gizi dan pangan responden dibagi menjadi 3 yaitu: kurang, sedang, baik, yang termasuk kedalam kategori kurang yaitu 42 orang (50,6%). Sedang yaitu 27 orang (32,5%). Baik yaitu 14 orang (16,9%).
3. Hasil asupan energi sarapan responden dibagi menjadi 3 yaitu : kurang, cukup, baik, yang termasuk katagori kurang yaitu 40 orang (48,2%), sedang yaitu 32 orang (38,6), baik yaitu 11 orang (13,3%)

4. Hasil analisis pearson tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dan pangan dengan asupan energi sarapan pada siswa SDN 020619 Binjai dengan nilai koefisien 0,021 dan nilai *p value* sebesar 0,861.

5.2. Implikasi

Menjaga dan meningkatkan pengetahuan gizi dan pangan memerlukan dukungan berbagai pemangku kepentingan, dan tidak bergantung pada satu orang atau wilayah tertentu, namun pengetahuan gizi dan pangan mempunyai dampak yang sangat luas. Ada beberapa peran penting yang dapat berkontribusi terhadap pengetahuan gizi dan pangan adalah.

1. Orang tua siswa sangat berpengaruh pada kehidupan anak karena memiliki waktu paling banyak untuk bersama dan kebiasaan anak terdidik pertama-tama dari orangtua atau keluarga dan sekelilingnya.
2. Guru sekolah juga mempunyai pengaruh penting dalam menjaga dan mempelajari pengetahuan gizi dan pangan. Guru sekolah adalah guru yang terlatih dan orang-orang yang dihormati oleh siswa, sehingga dapat membekali siswa dengan pengetahuan yang relevan tentang gizi dan pangan serta turut serta dalam memantau kebiasaan konsumsi anak di sekolah.

5.3. Saran

Berdasarkan dari kesimpulan penelitian maka disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya diharap dapat mengembangkan lebih lanjut sebagai dokumen informasi agar peneliti lain dapat melakukan penelitian lebih lanjut.
2. Bagi guru dan orang tua, sebaiknya dapat lebih mengetahui pengetahuan gizi dan pangan terhadap asupan energi dan kesehatan siswa, dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari agar dapat mengubah perilaku gizi dan pangan dalam kehidupan selanjutnya.

