

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan

1. Karakteristik responden didominasi oleh anak kelas 6 sebanyak 71.05%, rata-rata usia responden adalah 11.16 tahun, responden didominasi oleh siswa berjenis kelamin laki-laki sebanyak 60.53%, dan sebanyak 31.58% siswa memiliki uang saku sebesar Rp5,000-Rp10,000.
2. Tingkat pengetahuan pangan dan gizi didominasi oleh tingkat pengetahuan pangan dan gizi kurang sebanyak 52.63% siswa.
3. Sebanyak 84.21% responden dalam penelitian ini memiliki asupan energi sarapan kurang dengan rata-rata asupan energi sebesar 342.76 kkal..
4. Hasil analisis uji Fisher menunjukkan tidak hubungan antara pengetahuan pangan dan gizi dengan asupan energi sarapan yang ditunjukkan dengan *p value* sebesar 0.616. Adapun nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 1.13 dengan *Confidence Interval* (CI) sebesar 0.198-6.846 yang artinya siswa dengan pengetahuan pangan dan gizi yang baik berpeluang 1.13 kali memiliki asupan energi sarapan yang baik.

5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil peneltiain, terdapat impliasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan pangan dan gizi di SDN 164525 Kota Tebing Tinggi

1. Hasil dari penelitian yang dilakukan di SDN 164525 Kota Tebing Tinggi adalah masih tingginya angka siswa dengan pengetahuan pangan dan gizi

yang rendah data tersebut dapat dijadikan data untuk dinas-dinas terkait untuk melakukan penyuluhan tentang pentingnya pangan dan gizi untuk menekan terjadinya penyakit-penyakit yang mungkin baru muncul di masa dewasa seperti gangguan metabolic dan obesitas.

2. Hasil dari penelitian yang dilakukan di SDN 164525 Kota Tebing Tinggi adalah masih tingginya angka siswa dengan asupan sarapan yang rendah data tersebut dapat dijadikan data untuk dinas-dinas terkait untuk melakukan penyuluhan tentang pentingnya sarapan untuk anak sekolah kepada orang tua. Hal ini dilakukan karena sarapan juga merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi hasil belajar anak di sekolah.

5.3. Saran

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

1. Agar mendapatkan hasil yang lebih baik dan akurat, diharapkan agar peneliti selanjutnya melakukan penelitian lanjutan dengan menambah variabel-variabel lain atau melakukan pendekatan lain berkenaan teknik pengambilan sampel, teknik pengolahan data, dan lain sebagainya.
2. Dinas-dinas terkait dapat melakukan penyuluhan baik kepada siswa, guru, dan orang tua siswa untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya sarapan untuk siswa.