

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

1. Karakteristik siswa SMP Mutiara Bunda yang diteliti yaitu, sebagian besar siswa berusia 13 tahun (73,7%) dan berjenis kelamin perempuan (54,4%).
2. Tingkat kesukaan makanan siswa SMP Mutiara Bunda, yaitu sebagian besar siswa menilai tidak suka terhadap hidangan hari kesatu. Kemudian, pada hari kedua, sebagian besar siswa menilai suka hidangan yang disajikan, dimana makanan yang paling tinggi tingkat kesukaannya adalah *chicken wings*. Selanjutnya, pada hari ketiga, sebagian besar siswa menilai tidak suka hidangan yang disajikan. Secara keseluruhan, siswa menilai suka pada hidangan lauk hewani, dengan tingkat kesukaan paling tinggi pada aspek rasa makanan.
3. Variasi menu pada penyelenggaraan makan siang SMP Mutiara Bunda, yaitu sebagian besar siswa menilai menu tidak bervariasi pada hari kesatu, sedangkan pada hari kedua dan ketiga, sebagian besar siswa menilai menu bervariasi, secara berturut-turut presentasinya. Secara keseluruhan, siswa yang menilai menu kurang bervariasi pada variasi rasa.
4. Daya terima makanan siswa SMP Mutiara Bunda, yaitu sebagian besar siswa memiliki daya terima yang baik terhadap hidangan hari kesatu, kedua, dan ketiga. Secara keseluruhan, semua siswa memiliki daya terima yang baik terhadap hidangan makanan pokok yang disajikan.
5. Tingkat kecukupan energi makan siang siswa SMP Mutiara Bunda, yaitu sebagian besar siswa memiliki kecukupan energi yang kurang

pada hari kesatu dan kedua, sedangkan pada hari ketiga, sebagian besar siswa memiliki kecukupan energi yang cukup.

6. Tingkat kecukupan protein makan siang siswa SMP Mutiara Bunda, yaitu sebagian besar siswa memiliki kecukupan protein yang cukup pada hari kesatu, kedua, dan ketiga.
7. Ada hubungan antara tingkat kesukaan makanan pada hari kedua dengan daya terima makanan hari kedua ($p = 0.041$; RR 0.230; RR 1.346). Semakin rendah tingkat kesukaan makanan siswa maka daya terima makanannya semakin baik. Sementara itu, tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat kesukaan makanan dengan daya terima makanan pada hari kesatu dan ketiga.
8. Tidak ada hubungan antara variasi menu dengan daya terima makanan siswa SMP Mutiara Bunda, baik pada hari kesatu ($p = 1.000$), kedua ($p = 0.387$), maupun ketiga ($p = 0.599$).
9. Ada hubungan yang bermakna antara daya terima makanan pada hari kedua dengan tingkat kecukupan energi hari kedua ($p = 0.037$; RR 1.673; RR 0.199). Daya terima makanan yang baik mempengaruhi tingkat kecukupan energi yang cukup. Sementara itu, tidak ada hubungan yang bermakna antara daya terima makanan dengan tingkat kecukupan energi pada hari kesatu dan ketiga.
10. Ada hubungan yang bermakna antara daya terima makanan pada hari kedua dengan tingkat kecukupan protein hari kedua ($p = 0.001$; RR 3.421; RR 0.239). Daya terima makanan yang baik mempengaruhi tingkat kecukupan protein yang cukup. Sementara itu, tidak ada hubungan yang bermakna antara daya terima makanan dengan tingkat kecukupan protein pada hari kesatu dan ketiga.

7.2 Saran

1. Perlu dilakukan penyuluhan kepada siswa mengenai gizi seimbang untuk meningkatkan pengetahuan siswa, mempengaruhi siswa dalam mengonsumsi makanan yang bergizi, serta memperbaiki kebiasaan konsumsi pangan dalam rangka pemenuhan kecukupan energi makan siang. Selain itu, penyuluhan mengenai pentingnya mengonsumsi sayur bagi remaja juga perlu dilakukan untuk meningkatkan daya terima siswa terhadap sayur. Penyuluhan ini dapat diadakan oleh sekolah dengan bantuan ahli gizi sebagai pengisi materinya.
2. Selain penyuluhan, pelayanan catering sekolah menggunakan sistem semi *cafeteria* juga dapat mendukung kebiasaan konsumsi pangan siswa. Siswa tetap mengambil porsi makanan pokok sesuai keinginan, namun untuk golongan lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah, diporsi oleh penyaji, sehingga semua siswa mendapatkan porsi sayur yang sesuai standar. Dengan begitu, semua siswa secara bertahap dapat membiasakan konsumsi sayur saat makan siang di sekolah. Saat observasi, banyak siswa yang mengambil dan mengonsumsi sayur hanya jika dilihat pengawas, sedangkan jika pengawas tidak ada maka siswa bebas tidak mengambil hidangan sayur.
3. Catering sebaiknya mendata makanan yang paling disukai dan yang tidak disukai, sehingga dapat dijadikan evaluasi menu pada bulan selanjutnya. Dengan begitu, sisa makanan secara keseluruhan, rendah, khususnya untuk hidangan sayur.
4. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan tingkat kesukaan makanan dan variasi menu dengan daya terima makanan seperti faktor biaya bahan makanan.
5. Penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan dengan menganalisis perilaku makan siswa SMP Mutiara Bunda sehingga dapat

dijadikan evaluasi intervensi gizi pemberian makan siang di institusi sekolah.