

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

- a. Sebagian besar responden berumur 10 tahun yaitu sebanyak 8 orang (62%), kelompok umur 9 tahun sebanyak 2 orang (15%), dan responden dengan umur 11 tahun sebanyak 3 orang (23%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan presentase 69,23% sedangkan responden dengan jenis kelamin laki-laki dengan presentase 30,76%.
- b. Sebagian responden memiliki status gizi normal sebanyak 10 orang (76,9%), status gizi dengan kategori kurus sebanyak 2 orang (15,3%), dan status gizi dengan kategori sangat kurus sebanyak 1 orang (7,6%).
- c. Asupan energi Diatas AKG berjumlah 6 anak (46,1%), Defisit Tingkat Sedang berjumlah 3 anak (23,%), energi dengan tingkat konsumsi Defisit Tingkat Berat berjumlah 2 anak (15,3%), dan energi dengan tingkat konsumsi defisit tingkat ringan dan normal berjumlah 1 anak (7,6%).
- d. Asupan Karbohidrat dengan kategori Diatas AKG berjumlah 5 orang (38,4%), Defisit Tingkat Berat berjumlah 3 orang (23,7%), kategori Normal dan Defisit Tingkat Ringan berjumlah 2 orang (15,3%) dan kategori Defisit Tingkat Sedang berjumlah 1 orang (7,6%).
- e. Asupan protein dengan kategori Diatas AKG berjumlah 8 orang (61,5%), kategori normal berjumlah 3 orang (23%), selanjutnya kategori defisit tingkat berat berjumlah 2 orang (15,3%).
- f. Asupan lemak dengan kategori di atas AKG berjumlah 7 orang (53,8%), kategori defisit tingkat berat berjumlah 3 orang (23%), kategori defisit tingkat ringan berjumlah 2 orang (15,3%), selanjutnya kategori normal dan defisit tingkat sedang berjumlah 1 orang (7,6%).
- g. Anak dengan status gizi sangat kurus di dapatkan asupan energi Di atas AKG sebanyak berjumlah 1 anak (7,7%). Anak dengan status gizi kurus di dapatkan asupan energi diatas AKG berjumlah 2 anak (15,4%). Anak dengan status gizi normal di dapatkan asupan energi Defisit Tingkat Berat dan Diatas AKG berjumlah 3 anak (23,1%).
- h. Anak dengan status gizi sangat kurus mendapatkan asupan karbohidrat diatas AKG berjumlah 1 anak (7,7%), anak dengan status gizi kurus mendapatkan asupan karbohidrat diatas AKG berjumlah 2 anak (15,4%),

anak dengan status gizi normal mendapatkan asupan karbohidrat Defisit Tingkat berat berjumlah 3 anak (23,1%).

- i. Anak dengan status gizi sangat kurus mendapatkan asupan protein diatas AKG berjumlah 1 anak (7,7%), anak dengan status gizi kurus mendapatkan asupan protein diatas AKG berjumlah 2 anak (15,4%), anak dengan status gizi normal mendapatkan asupan protein Diatas AKG berjumlah 5 anak (38,5%).
- j. Anak dengan status gizi sangat kurus mendapatkan asupan lemak diatas AKG berjumlah 1 anak (7,7%), anak dengan status gizi kurus mendapatkan asupan lemak diatas AKG berjumlah 2 anak (15,4%), anak dengan status gizi normal mendapatkan asupan lemak diatas AKG berjumlah 4 anak (30,8%).

## **B. SARAN**

- a. Kepada Guru dan pihak kantin sekolah untuk meningkatkan tingkat konsumsi siswa dengan cara menyediakan makanan jajanan yang sehat,beragam yang memiliki kandungan gizi yang baik sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi siswa sesuai dengan yang dianjurkan.
- b. Kepada orangtua agar lebih memperhatikan keseimbangan asupan zat gizi dengan cara memberikan makanan yang bersumber energi,karbohidrat,protein,lemak sesuai dengan porsi dan kebutuhannya dengan seimbang. Selain itu lebih memperhatikan jajanan yang dikonsumsi anaknya.
- c. Kepada pihak sekolah dan guru UKS untuk mengetahui tentang gizi seimbang serta jajanan sehat dengan cara diadakan penyuluhan dimana sebelumnya belum pernah diadakannya kegiatan yang terkait dengan gizi serta jajanan sehat.