

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Karakteristik lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang sebagian besar adalah perempuan (64,7%) dan rata-rata umur mulai dari 50 tahun–keatas (70,6%).
2. Pola menu di Panti Werdha Pangesti Lawang selama 3 hari sebagian besar sudah seimbang (67%).
3. Kualitas makanan menurut penilaian lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang tergolong kategori cukup pada makanan pokok, lauk hewani dan kategori baik pada lauk nabati dan sayur mulai dari rasa, warna, tekstur, aroma, besar porsi.
4. Sisa makanan lansia sudah cukup baik karena rata-rata sisa makanan dalam kategori sedikit meskipun begitu masih ada 2 menu makanan yang sisa makanannya masih banyak yaitu pada hari kedua sore untuk menu sayur (24,1%) dan hari ketiga sore untuk menu lauk hewani (22,1%).

#### **B. Saran**

1. Pihak penyelenggara makanan sebaiknya menyediakan pola menu seimbang agar makanan yang disajikan kualitasnya baik dan bisa memenuhi kebutuhan zat gizi pada lansia.
2. Pengolahan menu lebih baik diolah dengan berbagai variasi seperti diolah dengan cara dikukus, ditumis, disantan, disop, direbus.
3. Tekstur makanan perlu diperhatikan seperti jangan keras terutama lauk hewani, kualitas rasa perlu diperhatikan dengan memberikan tambahan rempah-rempah atau bumbu untuk menambah citarasa, dan kualitas porsi juga diperhatikan agar lansia sanggup menghabiskan makanannya.