

BAB 1 : KESIMPULAN DAN SARAN

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan mengenai hubungan kontribusi asupan makanan jajanan dan makanan sehari-hari dengan status gizi siswa SDN30 Kubu Dalam Padang Tahun 2015, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh (87,8%) anak SDN 30 Kubu Dalam memiliki status gizi normal.
2. Rata-rata asupan energi dan protein makanan sehari-hari siswa SDN 30 Kubu Dalam sebesar $1926,35 \pm 336,48$ kkal dan $53,23 \pm 8,88$ gr.
3. Rata-rata asupan energi dan protein makanan jajanan siswa SDN 30 Kubu Dalam sebesar $336,07 \pm 113,89$ kkal dan $13,03 \pm 3,07$ gr.
4. Terdapat hubungan antara kontribusi asupan energi makanan sehari-hari dengan status gizi.
5. Tidak terdapat hubungan antara kontribusi asupan protein makanan sehari-hari dengan status gizi.
6. Tidak terdapat hubungan antara kontribusi asupan energi dan asupan protein makanan jajanan dengan status gizi.
7. Kontribusi asupan energi makanan sehari-hari 96,53% dan protein 94,77% dengan standar rata-rata AKG tahun 2013 untuk energi 2050kkal dan protein 76,9gr, sedangkan kontribusi dari makanan jajanan energinya 17,80% dan protein 25,15% .

1.2 Saran

1. Bagi pihak sekolah agar lebih memperhatikan aktivitas anak di jam istirahat sekolah agar tidak jajan diluar sekolah dan sebaiknya memilih makanan yang dijual dikantin sekolah agar tidak menimbulkan masalah gizi.
2. Bagi orang tua agar memperhatikan konsumsi asupan makanan anak di sekolah, rumah ataupun diluar lingkungan (tempat bermain), agar anak tidak terlalu sering mengkonsumsi makanan dengan jenis *fastfood* dan mengarahkan anak untuk tidak jajan sembarangan dan sebaiknya biasakan anak membawa bekal dari rumah.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti masalah yang sama, agar melakukan penelitian lebih yang belum diteliti, mengenai kontribusi asupan makanan jajanan dan makanan sehari, mengenai asupan karbohidrat dan asupan lemaknya.

