

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Penguasaan konsep topik makanan dan kesehatan berbanding lurus dengan kebiasaan makan siswa. Korelasi antara keduanya sangat rendah (0,025).

Penguasaan konsep siswa pada topik makanan dan kesehatan berkisar antara 10% sampai dengan 95% dengan rata-rata penguasaan konsep 57,85%. Penguasaan konsep paling tinggi adalah merinci fungsi zat makanan (63,77%) dan paling rendah merinci macam zat makanan (41,71%).

Kebiasaan makan yang dilakukan oleh siswa rata-rata adalah 70,4% mendekati kebiasaan makan yang dianjurkan dalam Tumpeng Gizi Seimbang (TGS). Skor kuesioner kebiasaan makan siswa berkisar antara 8 sampai dengan 19 (skala 0-21). Kebiasaan makan terbaik didapatkan siswa dalam kelompok makanan yang termasuk ke dalam karbohidrat yang mencapai 85,47% mendekati TGS.

## B. Saran

Saran yang dapat dikemukakan berdasarkan penelitian ini antara lain:

1. Instrumen penjaring data kebiasaan makan siswa memerlukan pengembangan lebih lanjut agar lebih mudah untuk dikerjakan oleh siswa SMP. Sebagai pertimbangan, pada bagian porsi makan dan intensitas dapat ditampilkan dalam bentuk gambar.
2. Dalam membantu penguasaan konsep siswa, dalam pembelajaran sebaiknya guru menggunakan “metode jembatan keledai” karena 46,29% siswa mengalami kesulitan dalam mengingat istilah. Selain itu, guru juga memberikan motivasi belajar yang lebih banyak dan mengajarkan siswa untuk mencatat dengan baik karena 34,29% siswa menganggap materi sulit dihafal, 20,57% siswa merasa materi terlalu banyak dan ada siswa yang merasa penjelasan terlalu cepat.
3. Karena hasil penguasaan konsep yang didapatkan siswa baru mencapai 57,85%, maka guru dapat memperbaiki cara mengajar yang dilakukan dan memperdalam materi terkait konsep makanan dan kesehatan serta pedoman gizi yang dianjurkan di Indonesia, untuk tahun 2012 ini berupa Pedoman Gizi Seimbang yang divisualisasikan dalam bentuk Tumpeng Gizi Seimbang (TGS).