

## BAB V

### SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

#### A. Simpulan

Hasil belajar Ilmu Gizi untuk indikator zat gizi sumber tenaga dan indikator DKBM dan DPBM berada pada kriteria sangat baik. Sedangkan indikator zat gizi sumber pembangun, zat gizi sumber mineral, zat gizi sumber vitamin, Daftar Angka Kecukupan Gizi, dan menu seimbang berada pada kriteria baik. Namun masih ada materi bahan makanan zat gizi sumber folat pada indikator zat gizi sumber vitamin, fungsi menu, dan kriteria menyusun menu seimbang pada indikator menu seimbang berada pada kriteria cukup. Hasil belajar Ilmu Gizi siswa SMK Negeri 9 Bandung tentang pengetahuan zat gizi sumber tenaga, zat gizi sumber pembangun, zat gizi sumber mineral, zat gizi sumber vitamin, Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) dan Daftar Penukar Bahan Makanan (DPBM), Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan menyusun menu seimbang rata-rata persentase berada pada kriteria baik.

Kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja tentang indikator kelengkapan unsur zat gizi, waktu makan, pemilihan tekstur dan konsisten dari menu berada pada kriteria sangat baik. Sedangkan untuk indikator kelengkapan kelompok bahan makanan, kombinasi rasa hidangan, kombinasi warna hidangan variasi jenis hidangan, dan variasi teknik memasak berada pada kriteria baik. Kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja siswa SMK Negeri 9 Bandung tentang kelengkapan unsur zat gizi, kelengkapan kelompok bahan makanan, waktu makan, kombinasi rasa hidangan, kombinasi warna hidangan, variasi jenis hidangan, variasi teknik memasak, dan pemilihan tekstur konsistensi dari menu rata-rata persentase menunjukkan berada pada kriteria baik.

Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dari Hasil Belajar “Ilmu Gizi” terhadap Kemampuan Menyusun Menu Seimbang untuk Remaja pada Siswa SMK Negeri 9 Bandung. Artinya siswa akan mempunyai kemampuan menyusun

menu seimbang untuk remaja apabila telah memperoleh hasil belajar Ilmu Gizi tentang pengetahuan zat gizi sumber tenaga, zat gizi sumber pembangun, zat gizi sumber mineral, zat gizi sumber vitamin, Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) dan Daftar Penukar Bahan Makanan (DPBM), Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan menyusun menu seimbang.

## **B. Implikasi**

Implikasi dari hasil belajar Ilmu Gizi siswa SMK Negeri 9 Bandung tentang pengetahuan zat gizi sumber tenaga, zat gizi sumber pembangun, zat gizi sumber mineral, zat gizi sumber vitamin, Daftar Komposisi Bahan Makanan (DKBM) dan Daftar Penukar Bahan Makanan (DPBM), Daftar Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan menyusun menu seimbang berada pada kriteria baik. Hal menunjukkan bahwa siswa telah menguasai materi tersebut tetapi masih perlu ditingkatkan lagi pada materi bahan makanan zat gizi sumber folat pada indikator zat gizi sumber vitamin, fungsi menu, dan kriteria menyusun menu seimbang pada indikator menu seimbang berada pada kriteria cukup agar siswa lebih memahami materi tersebut dan semakin baik lagi.

Implikasi dari kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja siswa SMK Negeri 9 Bandung yang tentang kelengkapan unsur zat gizi, kelengkapan kelompok bahan makanan, waktu makan, kombinasi rasa hidangan, kombinasi warna hidangan, variasi jenis hidangan, variasi teknik memasak, dan pemilihan tekstur konsistensi dari menu berada pada kriteria baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa telah menguasai materi tersebut tetapi masih perlu ditingkatkan lagi agar siswa semakin baik lagi terkait dengan kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja.

Implikasi dari adanya pengaruh yang positif dan signifikan dari Hasil Belajar “Ilmu Gizi” terhadap Kemampuan Menyusun Menu Seimbang untuk Remaja pada Siswa SMK Negeri 9 Bandung. Hal ini menunjukkan bahwa hasil belajar Ilmu Gizi mempengaruhi kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja,

apabila hasil belajar Ilmu Gizi meningkat maka akan meningkatkan kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja.

### **C. Rekomendasi**

Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis mencoba memberikan rekomendasi bagi:

1. Guru Ilmu Gizi SMK Negeri 9 Bandung, Guru disarankan melakukan peningkatan pembelajaran terkait materi Ilmu Gizi tentang bahan makanan zat gizi sumber vitamin, fungsi menu, dan merancang menu agar siswa lebih memahami materi tersebut serta mempertahankan materi Ilmu Gizi yang sudah dipahami siswa. Sehingga dapat mempertahankan kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja agar semakin baik.
2. Peneliti selanjutnya, untuk mendapatkan hasil yang lebih baik maka pengembangan penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan menyusun menu seimbang untuk remaja siswa SMK Negeri 9 Bandung.