

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

A. Simpulan

Simpulan dari penelitian dengan judul Analisis Pengetahuan “Tumpeng Gizi Seimbang” Pada Siswa Obesitas di SD Kota Bandung berkaitan dengan hasil pendidikan gizi yang diberikan kepada siswa yang mengalami obesitas. Pendidikan gizi tersebut meliputi pengetahuan konsumsi makanan beragam, melakukan aktivitas fisik, dan membiasakan perilaku hidup bersih.

Pengetahuan konsumsi makanan beragam siswa termasuk dalam kategori cukup baik. Sebagian kecil siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori sangat baik, setengahnya siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori baik, kurang dari setengahnya siswa masing-masing memiliki nilai yang termasuk pada kategori cukup baik dan kategori kurang baik, tidak seorangpun siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori sangat rendah.

Pengetahuan melakukan aktivitas fisik siswa termasuk dalam kategori baik. Sebagian kecil siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori sangat baik, lebih dari setengahnya siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori baik, kurang dari setengahnya siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori cukup baik, sebagian kecil siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori kurang baik, dan tidak seorangpun siswa memiliki nilai yang termasuk pada kategori sangat rendah.

Pengetahuan membiasakan perilaku hidup bersih siswa termasuk dalam kategori baik. Kurang dari setengahnya siswa masing-masing termasuk pada kategori sangat baik dan cukup baik. Sebagian kecil siswa termasuk pada kategori sangat rendah. Tidak seorangpun siswa masing-masing termasuk pada kategori baik dan kurang baik.

Secara keseluruhan persentase pengetahuan “Tumpeng Gizi Seimbang” pada siswa yaitu sebanyak 1 siswa termasuk pada kategori sangat baik, 20 siswa termasuk pada kategori baik, 8 siswa termasuk pada kategori cukup baik, 7 siswa

termasuk pada kategori kurang baik, dan tidak seorangpun siswa berada pada kategori sangat rendah.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Kesimpulan hasil penelitian di atas mengandung beberapa implikasi sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan konsumsi makanan beragam berada pada kategori cukup baik. Kondisi ini mengandung implikasi bahwa siswa memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang pengetahuan konsumsi makanan beragam. Namun terdapat beberapa pengetahuan yang masih perlu ditingkatkan khususnya tentang porsi lauk pauk hewani, fungsi vitamin dan mineral dalam sayuran, fungsi protein dalam lauk pauk hewani, porsi makanan pokok, dan porsi sayuran dalam Tumpeng Gizi Seimbang. Pengetahuan tersebut perlu ditingkatkan supaya siswa dapat mengetahui dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.
2. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan melakukan aktivitas fisik berada pada kategori baik. Kondisi ini mengandung implikasi bahwa sebagian siswa sudah baik memahami pengetahuan tentang melakukan aktivitas fisik, sedangkan ada sebagian kecil yang belum memahami khususnya tentang posisi aktivitas fisik dalam Tumpeng Gizi Seimbang. Maka dari itu pengetahuan tersebut masih perlu ditingkatkan.
3. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan membiasakan perilaku hidup bersih berada pada kategori sangat baik. Kondisi ini mengandung implikasi bahwa pengetahuan tentang contoh pola hidup bersih dalam kegiatan sehari-hari masih sudah sangat baik, namun masih ada yang termasuk dalam kategori cukup baik maka dari itu perlu ditingkatkan dan dikembangkan, dengan demikian semua siswa diharapkan memiliki pengetahuan yang sangat baik tentang membiasakan perilaku hidup bersih sehingga dapat diaplikasikan pada kehidupan sehari-hari.

C. Rekomendasi Hasil Penelitian

Berdasarkan simpulan dan implikasi yang telah diuraikan, penulis mengajukan rekomendasi sebagai berikut:

1. Rekomendasi ditujukan kepada guru khususnya guru IPA, karena materi berkaitan dengan materi pelajaran IPA, untuk mensisisipkan materi atau pengetahuan tentang “Tumpeng Gizi Seimbang” terkait dengan pola makan sehari-hari.
2. Rekomendasi untuk pihak sekolah, untuk memasang poster dengan gambar Tumpeng Gizi Seimbang.

