

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Dari segi pola menu selama tiga hari hanya satu menu yang tidak mencakup 4 komponen (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur, dan buah) dan masih dikategorikan kurang seimbang (< 3 Komponen) dikarenakan minimnya biaya makan perhari untuk anak sekolah.
2. Untuk standar porsi selama menu 3 hari masih dikatakan tidak sesuai dengan standar porsi yang dianjurkan dan masih tergolong dibawah 90%.
1. Secara umum daya terima anak SD terhadap makanan cenderung baik. Akan tetapi preferensi anak SD terhadap makanan cenderung biasa. Menu makanan sekolah yang paling disukai oleh anak SD adalah lauk hewani (bakso), sedangkan menu makanan sekolah yang paling tidak disukai oleh siswa yaitu (pecel sayur taoge kacang ijo dan bayam yang direbus).
2. Rata-rata konsumsi makanan sekolah anak SD untuk pemenuhan kecukupan energi dan zat gizi selama tiga hari yaitu untuk kecukupan energi masih tergolong defisit tingkat berat dengan presentase 80%, untuk kecukupan protein dan lemak dikategorikan defisit tingkat berat dengan presentase 100%, dan untuk kecukupan karbohidrat 50% dikategorikan defisit tingkat berat. Hal ini dapat dikatakan bahwa untuk kecukupan energi dan zat gizi di SD Plus Qurrota A'yun Malang masih tergolong defisit tingkat berat.

#### **B. Saran**

1. Pihak penyelenggara makanansebaiknya menyesuaikan angka kebutuhan anak sekolah menurut umur dan tingkat aktifitas sehingga tingkat kecukupan zat gizi anak SD dapat terpenuhi dengan baik. Angka kecukupan anak usia 10-12 tahun pada makan siang yaitu untuk laki-laki 630 kkal (Energi), 16,8 g (Protein), 21 g (Lemak), 86,7 g (KH), sedangkan untuk perempuan 600 kkal (Energi), 18 g (Protein), 20,1 g (Lemak), dan 82,5 g (KH).

2. Sebaiknya pihak penyelenggara makanan perlu adanya pemantauan standar porsi serta pola menu yang seimbang. Standar porsi makan siang untuk anak sekolah usia 10-12 tahun yaitu 150 g (Nasi), 45 g (Daging), 45 g (Tempe), 60 g (Sayuran), 90 g (Buah), 9 g (Minyak dan Gula). Pola menu seimbang mencakup 4 komponen (makanan pokok, lauk hewani, lauk nabati, sayur dan buah). Hal ini bertujuan agar penyelenggaraan makanan di sekolah menyediakan makanan yang kualitasnya baik dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan serta pelayanan yang layak dan memadai bagi anak sekolah yang membutuhkan.
3. Pihak sekolah memberikan pelajaran tentang gizi yang dapat membuat anak sekolah dasar mengerti pentingnya kebutuhan zat gizi yang harus terpenuhi.