

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan data, penulis memperoleh kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian mengenai gambaran variasi menu, daya terima dan tingkat kecukupan zat gizi santri putri di Pondok Pesantren HM Lirboyo Papar Kabupaten Kediri sebagai berikut:

1. Skor penilaian variasi menu yang dilakukan oleh santri putri dengan skor total tertinggi sebesar 77 (85,6%) termasuk dalam kategori sangat bervariasi, sedangkan skor total terendah sebesar 63 (70,0%) dalam kategori bervariasi.
2. Penilaian daya terima makanan oleh santri putri dilihat dari daya terima makanan, dimana berdasarkan kategori makanan sisa banyak dengan rentangan \geq (20%) berjumlah 1 (9%), sedangkan sisa makanan dengan kategori sisa dikit $<$ (20%) berjumlah 10 (91%).
3. Tingkat kecukupan gizi makro dan mikro didapatkan bahwa seluruh responden ini masih belum memenuhi standar angka kecukupan gizi sehari.

B. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variasi menu makanan yang disajikan sudah baik, akan tetapi bisa dibuat lebih bervariasi dengan dibuatkan siklus menu 10 hari untuk kurun waktu tertentu (Depkes RI, 2003).
2. Pemberian buah dan sayur diusahakan setiap harinya ada
3. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan jika mengukur tingkat daya terima lebih baik menggunakan metode penimbangan dikarenakan hasil yang lebih akurat. Akan tetapi, sebaiknya digunakan untuk responden yang terbatas.