

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa pola makan siswa Kelas IV, V dan VI Sekolah Dasar Negeri Purworejo Tahun Pelajaran 2012/2013 sebanyak 1 siswa (2%) memiliki kategori pola makan yang baik sekali, 18 siswa (36%) dalam kategori baik, 14 siswa (28%) pada kategori cukup baik, 15 siswa (30%) pada kategori kurang baik, dan 2 siswa (4%) pada kategori sangat kurang baik..

B. Implikasi

Hasil penelitian ini menjadi masukan bagi segenap orangtua siswa dan guru sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini menjadi acuan segenap orangtua siswa dan guru untuk memberikan penjelasan tentang pola makan yang lebih baik lagi kepada siswa.
2. Hasil penelitian ini dapat ditindaklanjuti oleh orang tua siswa dan guru dengan mengawasi pola makan siswa agar terhindar dari makanan yang tidak sehat atau tidak mengandung nilai gizi bagi siswa.

C. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar penelitian yang dilakukan menjadi lebih fokus. Meskipun demikian dalam pelaksanaan di lapangan masih ada kekurangan atau keterbatasan, antara lain:

1. Instrumen penelitian ini berupa angket pola makan yang dibagikan kepada siswa untuk diisi sesuai dengan kenyataan yang sesungguhnya.

Pengumpulan data dengan menggunakan angket memiliki keterbatasan dalam hal kejujuran responden dalam mengisi angket tersebut.

2. Jumlah sampel terlalu sedikit hal ini memungkinkan terjadi bias dalam hasil penelitian.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang pola makan siswa Kelas IV, V dan VI SD Negeri Purworejo Tahun Pelajaran 2012/2013, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya akan lebih baik jika mengadakan penelitian lebih lanjut pola makan siswa, yaitu dengan mengungkap variabel lain yang tidak terdapat pada penelitian ini.
2. Bagi orangtua siswa Negeri Purworejo dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai masukan dan evaluasi untuk menjaga pola makan anak agar tumbuh kembang anak lebih optimal.
3. Bagi siswa SD Negeri Purworejo agar terus menjaga pola makan agar tumbuh kembang dapat lebih optimal serta terhindar dari ancaman gizi buruk atau kegemukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. 2006. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Anggraini. (2003). *Pola Asuh Belajar dan Prestasi Belajar Anak SD Pasca Pemulihan Gizi Buruk*. Bogor: Jurnal Penelitian Gizi dan Makanan PUSLITBANG.
- Abu Ahmadi dan Munawar Sholeh. (2005). *Psikologi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ahmad Syafiq. (2002). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
UPGK (Thesis). Jakarta: FKM. UI.
- Ambarwati. (2009). *Gambaran Pola Makan Siswa Kelas IX SMP Negeri 3 Medan*. <http://repository.usu.ac.id> diakses Agustus 2012 Jam 18.00
- Ari Agung. (2003). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Batissini. (2005). *Pola Makan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Christien. (2007). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
- Depkes RI. (2010). *Riset Kesehatan Dasar*. <http://www.riskesdas.litbang.depkes.go.id/2010/> diakses 12 September 2012 jam 20.00.
- Dirjen Binkesmas Depkes RI.(2007). *Kebijakan Nasional Promosi Kesehatan*. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan Depkes RI.
- Dwi Siswoyo, dkk. (2007). *Ilmu Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press.
- Ghozali, Imam. (2004). *Statistik Multivariat*. Semarang : Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro
- Hendrayanti ddk. (2010). *Pengatahuan Gizi dan Pola Makan dengan Status Gizi Siswa SMP N 4 Tompobulu Kabupaten Bantaeng*. <http://repository.usu.ac.id> diakses Agustus 2012 Jam 18.00
- Hurlock, Elizabeth. (1992). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (hasil terjemahan Istiwidayanti dan Soedjarwo)*. Jakarta: Erlangga.

- Huwae. (2005). *Hubungan antara Status Gizi dan Kadar Hb dengan Prestasi Belajar Murid SD di Daerah Endemis Malaria (tesis yang tidak dipublikasikan)*, Program Sarjana UGM. Yogyakarta : UGM
- Kartasapoetra, G. & Marsetyo, H (2003). *Ilmu Gizi (Korelasi Gizi dan Kesehatan dan Produktifitas Kerja)* Cet. Ke-4. Jakarta: Rineka Cipta.
- Muhilal dan Didit Damayanti. (2006). *Gizi Anak dan Remaja*. Jakarta: EGC
- Nana Syaodih Sukmadinata. (2009). *Landasan Psikologis Proses Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suharsimi Arikunto. (1996). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2002). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2004). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Supariasa, I., Bakri, B., Fajar, I., 2001. *Penilaian Status Gizi*, Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran. EGC.
- Wilma. (2006). *Indek Prestasi dengan Status Gizi Anak*. Nabire
- Yayuk Farida Baliwati. dkk (2004). *Pola Makan yang Sehat*. Jakarta: EGC