

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah yang signifikan pada kelompok intervensi yang menggunakan buku saku, dengan adanya peningkatan pengetahuan, sedangkan kelompok kontrol (tanpa buku saku) juga mengalami peningkatan pengetahuan namun tidak signifikan.
2. Terdapat perbedaan rata-rata sikap sebelum dan sesudah yang signifikan pada kelompok intervensi yang menggunakan buku saku dengan adanya peningkatan sikap sedangkan pada kelompok kontrol (tanpa buku saku) juga mengalami peningkatan sikap namun tidak signifikan.
3. Ada pengaruh perubahan pengetahuan dan sikap penyedia layanan makanan sesudah diberikan edukasi menggunakan Buku Saku Edukasi AKG terhadap pengetahuan tentang perencanaan menu gizi seimbang.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Sasaran

Penelitian ini memberikan pemahaman dan sikap yang lebih baik kepada penyedia layanan makanan dalam penelitian ini tentang pentingnya menyusun menu gizi seimbang berdasarkan angka kecukupan gizi agar terpenuhi kebutuhan gizi siswa. Peningkatan pengetahuan dan sikap ini

penting karena penyedia layanan makanan di asrama. Pengetahuan yang ditingkatkan melalui media buku saku dapat diaplikasikan secara langsung dalam perencanaan menu gizi seimbang berdasarkan angka kecukupan gizi.

2. Bagi Penyedia Layanan Makanan

Institusi Penyedia Layanan Makanan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun program peningkatan pengetahuan tenaga atau karyawan yang akan ditunjuk untuk bertanggung jawab dalam menyusun perencanaan menu ke depannya. Media buku saku yang dihasilkan dari penelitian ini dapat langsung dimanfaatkan sebagai panduan yang mempermudah dalam perencanaan menu gizi seimbang berdasarkan angka kecukupan gizi.

3. Bagi Institusi Lahan Praktik

Institusi Penyedia Layanan Makanan khususnya Madrasah Muallimin Muhammadiyah Yogyakarta, dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk menyusun program peningkatan pengetahuan tenaga atau karyawan yang akan ditunjuk untuk bertanggung jawab dalam menyusun perencanaan menu ke depannya. Media buku saku yang dihasilkan dari penelitian ini dapat langsung dimanfaatkan sebagai panduan yang mempermudah dalam perencanaan menu gizi seimbang berdasarkan angka kecukupan gizi.

4. Bagi Pembaca dan Peneliti Lainnya

Penelitian ini memberikan tambahan referensi ilmiah dan metodologi eksperimen pendidikan kesehatan masyarakat yang telah terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap pengetahuan dan sikap penyedia layanan makanan. Informasi ini relevan bagi mahasiswa atau akademisi yang sedang melakukan riset bidang gizi institusi yang menyusun proposal atau melaksanakan penelitian di masa depan di berbagai wilayah kerja kesehatan, dan dapat diadaptasi atau dikembangkan dengan metode lain atau media edukasi yang berbeda.

5. Bagi Peneliti Sendiri

Penelitian ini memberikan pengalaman belajar langsung kepada peneliti tentang bagaimana proses edukasi bagi penyedia layanan makanan yang dilakukan dengan metode yang praktis. Pelaksanaan penelitian sejak November 2024 hingga Juni 2025 di Madrasah Muallimin Muhammadiyah Yogyakarta, memperkuat pemahaman peneliti mengenai peran nyata penyedia layanan makanan dalam pelayanan gizi institusi. Selain itu, pengalaman ini bisa menjadi dasar untuk mengembangkan kompetensi di bidang edukasi dan intervensi gizi di masa depan.