

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 21 April 2026 di SDN Ketemasdungus Kabupaten Mojokerto. Dari hasil tersebut dapat dijabarkan Kesimpulan dan saran dari hasil penelitian sebagai berikut.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian status gizi sebelum pemberian Makanan Bergizi Gratis (MBG) sebagian besar responden memiliki status gizi baik yaitu 76 responden (77,6%), dan status gizi sesudah pemberian Makanan Bergizi Gratis (MBG) sebagian besar memiliki status gizi baik yaitu 92 responden (93,9%). Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p = 0,028$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat perbedaan status gizi sebelum dan sesudah pemberian Makanan Bergizi Gratis (MBG) pada siswa SDN Ketemasdungus. Adanya perbedaan status gizi sebelum dan sesudah pemberian MBG menunjukkan bahwa program ini berkontribusi dalam meningkatkan kualitas asupan gizi siswa. Hal tersebut ditandai dengan menurunnya jumlah siswa berstatus gizi kurang dan meningkatnya jumlah siswa berstatus gizi baik. Namun, masih ditemukannya siswa dengan status gizi lebih menunjukkan bahwa status gizi juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pola makan di rumah, aktivitas fisik, dan kebiasaan konsumsi sehari-hari yang tidak diteliti oleh peneliti.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

1. Bagi responden yang memiliki status gizi baik

Responden yang telah memiliki status gizi baik diharapkan dapat mempertahankan pola makan bergizi seimbang, tetap mengikuti Program Makanan Bergizi Gratis (MBG), dan menerapkan pola hidup sehat.

2. Bagi responden yang mengalami perubahan dari status gizi baik menjadi gizi lebih

Responden diharapkan mengontrol asupan energi, membatasi konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak, serta meningkatkan aktivitas fisik agar status gizinya kembali normal.

3. Bagi responden yang tetap memiliki status gizi lebih

Responden diharapkan menerapkan pola makan sesuai prinsip gizi seimbang, meningkatkan aktivitas fisik secara rutin, serta melakukan pemantauan status gizi secara berkala untuk mencapai status gizi normal.

5.2.2 Bagi Sekolah

Diharapkan sekolah dapat terus mendukung pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) serta melakukan pemantauan status gizi siswa secara berkala agar perkembangan status gizi siswa dapat diketahui dan dipertahankan dengan baik.

5.2.3 Bagi Pemerintah

Diharapkan pemerintah dapat terus mendukung dan meningkatkan pelaksanaan Program Makan Bergizi Gratis (MBG) melalui pemantauan dan evaluasi secara berkala terhadap kualitas serta kandungan gizi makanan yang diberikan kepada siswa. Dengan demikian, program MBG dapat berjalan secara optimal dalam upaya meningkatkan dan mempertahankan status gizi anak sekolah.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti kandungan zat gizi pada menu Makanan Bergizi Gratis (MBG), seperti energi, protein, lemak, vitamin, dan mineral, serta menganalisis hubungannya dengan status gizi siswa. Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang belum diteliti dalam penelitian ini yang berpotensi memengaruhi status gizi anak, seperti aktivitas fisik, pola konsumsi makanan, kebiasaan jajan, dan pengetahuan gizi orang tua, sehingga diperoleh hasil yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi status gizi siswa.