

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1. Lebih dari separuh siswa (61.7%) mengonsumsi suplemen dalam satu bulan terakhir, 52.1% mengonsumsi 1 produk suplemen saja, dan 70.4% mengonsumsi suplemen setiap hari. Bentuk suplemen yang paling banyak dikonsumsi siswa adalah sirup (71.8%) dan merk suplemen yang paling banyak dikonsumsi adalah Curcuma Plus (11.2%) dan Scott's Emulsion (9.5%). Alasan sebagian besar ibu (87.3%) memberikan suplemen pada anaknya adalah meningkatkan daya tahan tubuh atau mencegah terserang penyakit. Sebanyak 53.5% ibu memperoleh resep atau membeli suplemen dari toko obat, dan pertimbangan lebih dari separuh ibu (69%) dalam memilih suplemen anak adalah kandungan zat gizi.
2. Lebih dari separuh (51.3%) siswa yang menjadi responden berjenis kelamin perempuan, 79.1% memiliki kebiasaan makan sayur yang buruk dan sayur yang paling banyak dikonsumsi siswa adalah sayur bayam (45.2%). Sebanyak 67.8% siswa memiliki kebiasaan makan buah yang buruk dan buah yang paling banyak dikonsumsi adalah jeruk (38.3%). Sebanyak 55.7% memiliki status gizi yang baik, hampir seluruh siswa (90.4%) memiliki riwayat penyakit infeksi dan penyakit infeksi yang paling banyak diderita siswa adalah batuk (73.9%) dan pilek (73.9%). Sebanyak 63.5% ibu jarang terpapar promosi dan sumber informasi ibu (43.5%) adalah televisi. Lebih dari separuh ibu (52.2%) mengonsumsi suplemen, sebagian besar ibu (89.6%) berpendidikan > SMU, dan 48.7% ibu memiliki pengetahuan gizi yang baik.
3. Tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin anak, kebiasaan makan sayur anak, kebiasaan makan buah anak, status gizi anak, riwayat penyakit infeksi anak, keterpaparan terhadap promosi pada ibu, dan pendidikan ibu dengan konsumsi suplemen anak.
4. Ada hubungan yang bermakna antara konsumsi suplemen ibu dan pengetahuan ibu dengan konsumsi suplemen anak.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Orang Tua

1. Suplemen makanan tidak perlu diberikan kepada anak yang sehat (status gizi baik) dan asupannya gizinya sudah baik. Penyampaian saran ini dilakukan oleh sekolah ketika ada *event* tertentu seperti pengambilan rapor anak.
2. Pemberian suplemen sebaiknya harus dikonsultasikan terlebih dahulu kepada dokter atau orang yang ahli di bidangnya dan pemberiannya harus sesuai dengan dosis yang dianjurkan.

7.2.2 Bagi Sekolah

1. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui program UKS atau penyuluhan mengenai hasil penelitian ini kepada orang tua siswa untuk menambah pengetahuan tentang suplemen.
2. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui program UKS atau penyuluhan mengenai berat badan dan tinggi badan yang normal menggunakan IMT berdasarkan umur kepada orang tua untuk membantu orang tua mengetahui berat dan tinggi badan yang sesuai dengan anaknya.
3. Diharapkan adanya penyebarluasan informasi melalui program UKS atau penyuluhan mengenai asupan yang seimbang agar orang tua tidak perlu lagi memberikan suplemen kepada anaknya.
4. Diharapkan katering sekolah dapat menyediakan menu katering dengan gizi yang seimbang karena kebanyakan siswa memiliki kebiasaan makan sayur (79.1%) dan buah (67.8%) yang buruk.
5. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase anak yang status gizinya tidak normal masih cukup besar yaitu sebanyak 44.3% (6.1% gizi kurang, 21.7% gizi lebih, dan 16.5% obesitas). Oleh karena itu, disarankan bagi klinik sekolah untuk melakukan pengukuran berat dan tinggi badan setiap bulan dan selanjutnya dilakukan penilaian status gizi untuk setiap siswa. Kemudian hasil ini dapat diberitahukan kepada siswa melalui mata pelajaran yang terkait dengan kesehatan seperti pendidikan jasmani.

6. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase penyakit infeksi pada siswa dalam 1 bulan terakhir masih tinggi, yaitu sekitar 90.4%, sehingga disarankan agar sekolah melakukan analisis lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian tersebut.

7.2.3 Bagi Peneliti Lain

- a. Diharapkan adanya penelitian yang menggunakan disain penelitian lain yang dapat menggunakan hubungan kausalitas agar lebih pasti diketahui faktor apa saja yang menjadi penyebab dari konsumsi suplemen pada anak sekolah dasar.
- b. Diharapkan adanya penelitian mengenai suplemen yang dihubungkan dengan pemeriksaan biokimia untuk mengetahui dampak yang ditimbulkan.
- c. Diharapkan adanya penelitian mengenai variabel asupan zat gizi mikro dan makro, baik yang diperoleh melalui makanan maupun suplemen dan dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan (AKG).