

BAB VII

KESIMPULAN dan SARAN

7.1. Kesimpulan

Penelitian pengembangan metode baru berupa diari makanan sebagai media pemantauan dan penilaian konsumsi makanan serta media pendidikan gizi bagi anak usia sekolah dasar pada siswa-siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur dilakukan pada bulan Mei dan Juni 2008, diperoleh informan penelitian yang terdiri dari 52 orang siswa kelas dan 5 orang guru menunjukkan hasil sebagai berikut :

1. Rancangan metode dan media baru yang dikembangkan berupa diari makanan berbentuk buku yang terdiri dari beberapa bagian, antara lain : sampul depan, halaman identitas pemilik, halaman identitas keluarga dan sahabat, halaman makanan kesukaan, cerita tentang makanan, cerita tentang diari makanan, petunjuk pengisian, lembar isian diari makanan, pesan-pesan gizi dan kesehatan, dan permainan-permainan. Diari makanan yang dibuat ditampilkan dengan menggunakan desain latar belakang, desain gambar, dan desain teks yang menarik minat dan perhatian anak usia SD.
2. Pendapat informan terhadap rancangan yang dibuat bervariasi.
 - a) Sampul luar menggunakan warna merah untuk latar belakang, desain bentuk gambar anak-anak yang sedang makan dan makanan-makanan sehat, desain tulisannya warna putih.

- b) Halaman identitas pemilik memakai desain warna kombinasi antara kuning dan ungu muda untuk latar belakang, desain gambar yang tetap, desain tulisannya, bentuk *grafitti* untuk tulisan diari makananku,.
- c) Halaman identitas keluarga dan sahabat menggunakan desain warna untuk latar belakang adalah kombinasi warna hijau dan kuning, desain teks yang tetap, dan desain bingkai dalam bentuk dan warna lain yang lebih bagus dan menarik bagi anak-anak.
- d) Halaman makanan kesukaan menggunakan desain warna yang sama dengan halaman identitas keluarga untuk latar belakang, desain gambar ditambah dengan gambar makanan lainnya dan gambar anak yang sedang menikmati makan, dan desain tulisannya tetap.
- e) Cerita tentang makanan menggunakan desain warna merah muda (*pink*) untuk latar belakang, desain gambar dan teks tetap, dan untuk jenis dan isi cerita juga tetap.
- f) Cerita tentang diari makanan menggunakan desain warna biru muda untuk latar belakang, desain gambarnya diganti dengan yang lebih bagus lagi, desain teks tetap, dan jenis cerita dibuat seperti komik yang ada di majalah anak-anak.
- g) Petunjuk pengisian menggunakan desain untuk latar belakang adalah warna orange dengan tambahan gambar bintang-bintang kecil, desain teks ukuran tulisan agak diperbesar, dan penggunaan bahasa yang bagus.

- h) Lembar isian memakai desain latar belakang gambar buah-buahan atau cukup warna tanpa gambar, desain teksnya bagus, dan desain simbol gambar diganti dengan yang lain yang lebih bagus dan menarik.
 - i) Pesan-pesan gizi dan kesehatan tampilan keseluruhannya meliputi desain latar belakang, gambar, teks, dan jenis serta isi pesan gizi tidak perlu dirubah.
 - j) Permainan-permainan tampilan keseluruhannya meliputi desain latar belakang, gambar, teks, dan jenis serta isi pesan gizi tidak perlu dirubah.
3. Secara statistik dengan uji korelasi Pearson dan T-test diperoleh hasil bahwa metode diari makanan mempunyai validitas tinggi untuk menilai *intake* beberapa zat gizi tertentu dari makanan yang dikonsumsi anak-anak.

7.2. Saran

1. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut untuk menguji efektivitas penggunaan metode diari makanan dalam menilai intake zat gizi dari makanan yang dikonsumsi anak-anak untuk jangka waktu yang lebih lama, contohnya penelitian untuk mengetahui kekurangan-kekurangan dan hambatan-hambatan dalam penerapan metode diari makanan pada anak SD sehingga dengan demikian dapat diperoleh saran untuk kesempurnaan dalam penggunaan metode dan media diari makanan di masa mendatang.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk menilai apakah diari makanan yang telah dikembangkan dapat berfungsi efektif dan efisien sebagai media

pendidikan gizi dan kesehatan bagi anak usia SD serta mampu melahirkan perubahan perilaku gizi dan kesehatan.

3. Dari hasil penelitian terlihat bahwa tingkat konsumsi energi beberapa siswa kelas V SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur cukup tinggi, untuk itu diperlukan penelitian lebih lanjut tentang tingkat konsumsi energi dan zat gizi lain serta hubungannya dengan obesitas pada siswa SD swasta Bani Saleh V, Bekasi Timur.

