

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang Gambaran Konsumsi Ikan dan Status Gizi Pada Siswa Kelas 5 – 6 Di SD Negeri 01 Hajimena Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa:

1. Status gizi anak kelas 5 -6 di SD Negeri 01 Hajimena Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dengan status gizi kurang sebanyak 18,2%, status gizi normal sebanyak 75,8%, status gizi lebih sebanyak 4,5%, dan status gizi obesitas sebanyak 1,5%.
2. Rata – rata konsumsi ikan di SD Negeri 01 Hajimena Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan adalah 37,3 gram, jumlah konsumsi ikan pada anak kelas 5 – 6 kategori kurang sebanyak 77,3% dan kategori cukup sebanyak 22,7%.
3. Konsumsi jenis ikan pada anak kelas 5 -6 di SD Negeri 01 Hajimena Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 adalah ikan mas sebanyak 45,4%, sedangkan jenis ikan yang paling sedikit dikonsumsi adalah ikan mujair dan ikan teri yaitu 3,0%.
4. Frekuensi konsumsi ikan pada anak kelas 5 -6 di SD Negeri 01 Hajimena Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dengan kategori kurang yaitu sebanyak 69,7% dan kategori cukup sebanyak 30,3%.
5. Pengetahuan tentang ikan pada anak sekolah kelas 5 -6 di SD Negeri 01 Hajimena Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dengan kategori nilai kurang sebanyak 51,5%, dengan nilai cukup sebanyak 40,9%, dan dengan nilai baik sebanyak 7,6%.

B. Saran

1. Sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan pihak puskesmas mengadakan penyuluhan kepada anak-anak dan wali murid tentang manfaat gizi ikan untuk anak. Penyuluhan ini bisa dilakukan disaat waktu pembagian raport siswa ataupun rapat wali murid dengan pihak sekolah. Media yang digunakan bisa berupa poster ataupun leaflet.
2. Sekolah juga bisa menyarankan anak untuk membawa bekal dengan menu ikan yang sehat.
3. Orang tua dapat berperan dalam meningkatkan konsumsi ikan pada anaknya dengan cara menyediakan dan membuat olahan ikan dengan menu yang bervariasi.