

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan siswa SMA Negeri 1 Padang Cermin sebagian besar menunjukkan pengetahuan baik, yaitu sebesar 86,5%, sedangkan untuk pengetahuan yang cukup sebesar 13,5%.
2. Jenis-jenis ikan air laut dan ikan air tawar yang sering dikonsumsi oleh siswa SMA Negeri 1 Padang Cermin yaitu ikan layang sebesar 51% dan ikan lele sebesar 15%.
3. Jumlah konsumsi ikan pada siswa SMA Negeri 1 Padang Cermin dengan kategori kurang (< 80 gram/hari) sebesar 85,1%, dan dengan kategori cukup (≥ 80 gram/hari) sebesar 14,9%.
4. Frekuensi konsumsi ikan pada siswa SMA Negeri 1 Padang Cermin dengan kategori cukup ($\geq 3x/minggu$) sebesar 48,6%, dan dengan kategori kurang ($< 3x/minggu$) sebesar 51,4%.

B. Saran

1. Disarankan kepada pihak sekolah SMA Negeri 1 Padang Cermin agar menambah materi tentang pentingnya konsumsi ikan pada anak-anak ke dalam materi pembelajaran penjasokes, untuk meningkatkan minat anak-anak dalam mengkonsumsi ikan.
2. Untuk puskesmas agar lebih mempromosikan ikan pada siswa SMA, karena diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan, terutama untuk siswa perempuan sebagai calon ibu. Pada saat program PISPK lebih memberikan pengetahuan tentang konsumsi ikan yang bisa menanggulangi masalah gizi dan penyakit tidak menular saat door to door.