

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan akhir terkait variasi menu dan nilai gizi makanan santri Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Walisongo Tahun 2025, disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata penilaian variasi menu santri Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Walisongo tahun 2025 dalam kategori kurang bervariasi sebanyak 54%.
2. Penilaian rasa makanan pada santri Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Walisongo tahun 2025 yaitu, pada aspek aroma dalam kategori suka sebanyak 47%, pada aspek bumbu dalam kategori kurang suka sebanyak 45%, pada aspek tingkat kematangan dalam kategori kurang suka sebanyak 52%, dan pada aspek suhu dalam kategori suka sebanyak 47%.
3. Penilaian porsi makanan santri Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Walisongo tahun 2025 dalam kategori kurang puas sebanyak 46%.
4. Persentase rata-rata nilai gizi makanan untuk santri Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Walisongo tahun 2025 didapati pada santri laki-laki usia 13-15 tahun energi kurang (75%), protein kurang (56%), lemak kurang (41%), dan KH cukup (92%), dan laki-laki usia 16-18 tahun energi kurang (68%), protein kurang (51%), lemak kurang (39%) dan KH cukup (81%). Sedangkan pada santri perempuan usia 13-15 tahun didapati sebesar energi cukup (80%), protein kurang (54%), lemak kurang (43%), dan KH lebih (101%) dan perempuan usia 16-18 tahun didapati sebesar energi cukup (78%), protein kurang (54%), lemak kurang (43%), dan KH lebih (101%).

B. Saran

1. Variasi menu dapat dibuat lebih bervariasi tanpa adanya pengulangan menu dengan menyesuaikan kecukupan gizi para santri.

2. Untuk bumbu makanan perlu dibuatkan standar bumbu sehingga masakan lebih konsisten rasanya, jika masak dalam jumlah banyak rasa bumbu tetap terasa.
3. Sebaiknya tingkat kematangan masakan dapat dimasak tidak terlalu lama supaya warna sayur tidak menggelap hal ini dapat mengurangi tampilan dari menu itu sendiri dan pemasakan yang terlalu lama akan mengubah tekstur menjadi lebih lembek hal ini dapat mengurangi selera makan santri.
4. Para santri bisa membeli tambahan lauk pauk dan sayur agar asupan makan dapat memenuhi kecukupan gizi.