BAB V
KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan studi mengenai pemahaman umum tentang keamanan pangan, kebiasaan makan, dan status gizi siswa MTs Nurul Ittihadiyah Lubuk Pakam yang menerima makan bergizi gratis secara gratis, dapat diperoleh temuantemuan berikut:

1. Tingkat pengetahuan siswa MTs Nurul Ittihadiyah Lubuk Pakam tentang keamanan pangan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini terlihat dari 60 siswa (70%) yang termasuk dalam kategori baik, sedangkan 20 siswa (25%) masih berada pada kategori kurang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah memahami aspek dasar keamanan pangan, meskipun masih terdapat sebagian siswa perlu mendapatkan edukasi lebih lanjut agar pemahaman mengenai keamanan pangan dapat ditingkatkan secara merata.
2. Pola konsumsi Makan Bergizi Gratis (MBG) pada siswa MTs Nurul Ittihadiyah Lubuk Pakam menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih berada pada kategori kurang. Hal ini terlihat dari 22 siswa (27,5%) yang termasuk kategori tidak baik, 19 siswa (23,75%) berada pada kategori sangat tidak baik, 22 siswa (27,5%) yang berada pada kategori baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsumsi makanan dalam Program MBG belum optimal karena masih banyak siswa yang belum mengonsumsi makanan sesuai dengan yang diharapkan. Kondisi dapat dipengaruhi oleh beberapa factor, seperti tingkat kesukaan terhadap menu, cita rasa, variasi makanan, maupun nafsu makan siswa, sehingga perlu dilakukan evaluasi untuk meningkatkan penerimaan siswa terhadap makanan yang disediakan.
3. Status Gizi indeks IMT/U pada siswa MTs Nurul Ittihadiyah Lubuk Pakam, kategori status gizi kurus sebanyak 15 siswa (18,75%), status gizi normal sebanyak 47 siswa (58,75%), kategori beresiko gemuk sebanyak 11 siswa (13,75%), dan status gizi obesitas sebanyak 7 orang (8,75%).

4. Status gizi indeks TB/U pada siswa MTs Nurul Ittihadiyah Lubuk Pakam, kategori status gizi normal sebanyak 69 siswa (86,25%) dan kategori status gizi pendek sebanyak 11 siswa (13,75%).

B. Saran

Berdasarkan hasil Kesimpulan penelitian di atas, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Siswa diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai keamanan pangan dengan menerapkan kebiasaan memilih dan mengonsumsi makanan yang aman, bersih, dan bergizi. Siswa juga diharapkan membiasakan mengonsumsi menu Makan Bergizi Gratis (MBG) secara lengkap sesuai porsi yang diberikan, termasuk sayur, buah, dan lauk, untuk membantu memenuhi kebutuhan zat gizi harian.

2. Bagi Sekolah

Sekolah diharapkan meningkatkan edukasi mengenai keamanan pangan melalui kegiatan penyuluhan, poster edukatif, maupun integrasi materi dalam pembelajaran sehingga pengetahuan siswa tentang keamanan pangan dapat meningkat. Sekolah juga diharapkan melakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala terhadap pelaksanaan program MBG, terutama terkait penerimaan menu dan kebiasaan konsumsi siswa.

3. Bagi Penyelenggara Makan Bergizi Gratis (MBG)

Demi menyesuaikan diri dengan selera siswa tanpa mengurangi kandungan gizi, penyelenggara Program Makan Bergizi Gratis (MBG) diharapkan terus meningkatkan kualitas penyajian makanan, termasuk dalam hal keragaman menu, cita rasa, dan daya tarik visual. Untuk mengoptimalkan konsumsi dan meminimalkan kehilangan makanan, penyesuaian menu harus didasarkan pada evaluasi berkala mengenai Tingkat penerimaan siswa dan limbah makanan.

DAFTAR PUSTAKA

Andriani, F. and Veni (2023) 'Gaya Hidup Sedentari, Screen Time, dan Pola Makan terhadap Status Gizi Gaya Hidup Sedentari, Screen Time, Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Remaja Sman 1 Bojonegoro', Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya, 1(1).

Atika, W., Maureen, P.I. and Nova, K.H. (2015) 'Hubungan Antara Asupan Energi Dan Zat Gizi Makro Dengan Status Gizi Pada Pelajar Di Smp Negeri 13 Kota', 4(4).

Chairunnisa, M. *et al.* (2025) '*Relationship Between Knowledge Level and Adolescent Dietary Patterns To Improve Nutritional Status At Pondok Hisbah Al-Fatih Sintang Regency In 2025'*, 3(2020).

Esmiralda, E. *et al.* (2025) *'Socioeconomic and educational determinants of nutritional status among children under five', Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 14(2), pp. 368–376. Available at: https://doi.org/10.35816/jiskh.v14i2.1325.

Faisal Syamsu, R., Anisha Putry, R. and Mitresna Widyadhana, N. (2025) 'Tinjauan Nilai Gizi Dari Program Makan Bergizi Gratis (Mbg) Presiden Ri', Jurnal Kesehatan Tambusai, *6*(4), p. 14843.

Fajri, N.N., Sabudi, I.N.S. and Kalpikawati, I.A. (2024) 'P Pengaruh Pengetahuan Keamanan Pangan Terhadap Penanganan Higiene Sanitasi di Grand Hyatt Bali', Jurnal Gastronomi Indonesia, 12(2), pp. 49–60. Available at: https://doi.org/10.52352/jgi.v12i2.1506.

Fiese, B.H. *et al.* (2019) '*Transdisciplinary obesity prevention research sciences (TOPRS) curriculum increases knowledge about complex causes and consequences of obesity for undergraduate students'*, *Frontiers in Public Health*, 7(AUG), pp. 1–7. Available at: https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00232.

Fitriah *et al.* (2025) 'Fenomena Keracunan Makanan Bergizi Gratis (MBG) Pada Siswa Sekolah', 4(2), pp. 14319–14326.

Gordon, D.P. (2018) '*The history of bancroftian lymphatic filariasis in Australasia and Oceania: Is there a threat of re-occurrence in mainland Australia?*', *Tropical Medicine and Infectious Disease*, 3(2). Available at: https://doi.org/10.3390/tropicalmed3020058.

Hassan, S. *et al.* (2019) '*A unique panel of patient-derived cutaneous squamous cell carcinoma cell lines provides a preclinical pathway for therapeutic testing', International Journal of Molecular Sciences*, 20(14). Available at: https://doi.org/10.3390/ijms20143428.

Hastuti, R. and Hariyadi, A.M. (2026) 'Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan Implementasi Program Makan Bergizi Gratis di Sekolah : Tinjauan Literature terhadap Tantangan Tata Kelola dan Implikasi Kebijakan', 8(1), pp. 16–21.

Herniati, N. and Idawati (2025) 'Efektivitas Program Pemerintah MBG (Makan Bergizi Gratis) Terhadap Minat Belajar Anak Usia Dini', *Juni*, 6(1), pp. 88–98. Available at: https://doi.org/10.37216/aura.v6i1.2484.

Intake, M. and Veronica, V. (2025) '3 1,2,3', 5(2), pp. 171–179.

Kanah, P. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Dan Pola Konsumsi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Kesehatan', *Medical Technology and Public*