

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian, maka dapat diperoleh suatu kesimpulan, bahwa

1. Dari data penelitian dapat diketahui umur responden 16 tahun sebanyak 8 siswa, 17 tahun sebanyak 3 siswa, dan 18 tahun sebanyak 3 siswa.
2. Tingkat kebutuhan gizi responden yaitu pada 1750 kkal dan 2000 kkal.
3. Tujuan responden mengikuti program katering diet yaitu untuk menurunkan berat badan maupun mempertahankan berat badan.
4. 92,9 % responden menilai penampilan makanan sangat memuaskan
5. 78,6 % responden menilai rasa makanan sangat memuaskan.
6. 20,83 % merupakan nilai tertinggi pada jenis sisa makanan pokok.
7. Ada hubungan antara penampilan makanan dengan sisa makanan lauk hewani, lauk nabati, dan sayur.
8. Tidak ada hubungan antara penampilan makanan dengan sisa makanan pokok.
9. Ada hubungan antara rasa makanan dengan sisa makanan lauk hewani, lauk nabati, dan sayur.
10. Tidak ada hubungan antara rasa makanan dengan sisa makanan pokok.

5.2 SARAN

1. Saran untuk penelitian selanjutnya perlu dilakukan lebih lanjut hubungan penampilan makanan yang lebih spesifik dilihat dari besar porsi, warna dan aroma makanan.
2. Saran untuk penelitian selanjutnya gaar menggunakan variabel yang berbeda atau menjabarkan variabel yang sudah ada dan duhubungkan satu persatu di dalam variabel tersebut.

3. Saran untuk institusi penyelenggaraan makanan agar lebih bervariasi lagi cara pengolahan dari bahan makanan, khususnya pada jenis makanan pokok. Agar siswa yang mengikuti program katering diet menghabiskan semua jenis makanan yang disajikan. Serta menarik perhatian para siswa yang mau menurunkan berat badan ataupun yang ingin mempertahankan berat badan yang lainnya.

