

## V. SIMPULAN

### 5.1. Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka dapat diketahui kesimpulan dari masing-masing rumusan masalah tersebut seperti berikut :

1. Tingkat konsumsi gizi makro pada kalangan anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia terhadap jenis kelamin dan masing-masing rentang umur memiliki kecukupan zat gizi makro berupa karbohidrat dikategorikan cukup, zat gizi makro berupa protein dalam kategori cukup, dan zat gizi makro berupa lemak dengan kategori cukup juga. Hal ini berdasarkan dengan adanya rujukan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bangka 2017, tentang kecukupan zat gizi makro sesuai dengan rentang usia yaitu anak-anak dengan rentang usia 1-10 tahun memiliki kecukupan karbohidrat sebesar 100-240 gram/hari, protein sebesar 26-60 gram/hari, dan lemak 16-35 gram/hari. Kalangan remaja dengan rentang umur 11-20 tahun memiliki standar kecukupan zat gizi makro berupa karbohidrat sebesar 150-380gram/hari, protein sebesar 40-100 gram/hari, dan lemak sebesar 20-60 gram/hari. Kalangan dewasa dengan rentang usia 21-60 tahun memiliki standar kecukupan zat gizi makro berupa karbohidrat sebesar 150-380 gram/hari, protein sebesar 40-100 gram/hari, dan lemak sebesar 20-60 gram/hari. Sedangkan, pada lansia memiliki standar kecukupan zat gizi makro berupa karbohidrat sebesar 150-360 gram/hari, protein sebesar 40-90 gram/hari, dan lemak sebesar 20-50 gram/hari.
2. Total Keseluruhan Pendapatan KWT Teratai Merah dapat diketahui bahwa besar pendapatan KWT Teratai Merah ketika masa panen sebesar Rp78.683.400 dan pendapatan perbulan KWT Teratai Merah sebesar Rp26.227.799. Mekanisme pemabagian pendapatan tersebut ialah 15% untuk kas kelompok sebesar Rp3.940.169 dan 85% untuk dibagikan kepada anggota kelompok yaitu sebesar Rp22.231.879 dan setiap anggota kelompok yang berjumlah 21 orang mendapatkan penghasilan Rp1.058.660/bulan dari program KRPL tersebut.

## 5.2. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, saran yang dapat penelitian sampaikan adalah :

1. Diharapkan kepada dinas terkait agar mampu meninjau lebih lanjut serta mendata secara khusus tingkat konsumsi gizi dari anggota keluarga Kelompok Wanita Tani di setiap desa yang menerapkan program Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL) ini sehingga anggota keluarga KWT tersebut dapat lebih terjamin jenis kandungan dan jumlah kebutuhan pangan yang mereka konsumsi dengan harapan pemerintah setempat mampu mengoptimalkan tujuan program KRPL yaitu mencukupi kebutuhan gizi keluarga.
2. Diharapkan kepada dinas terkait dan pemerintah setempat mampu mensosialisasikan lebih mendalam kepada seluruh desa-desa yang ada di seluruh Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tentang pentingnya program KRPL guna mensejahterakan kehidupan keluarga dalam upaya peningkatan pendapatan keluarga.