

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi makanan jajanan pada siswa di SD Negeri 24 Kecamatan Pontianak Utara. Siswa dengan pengetahuan gizi tidak baik cenderung lebih sering mengonsumsi makanan jajanan dibandingkan siswa dengan pengetahuan gizi baik ($p\text{-value} = 0,003$), ($PR = 2,49$).
2. Ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan konsumsi makanan jajanan pada siswa di SD Negeri 24 Kecamatan Pontianak Utara. Siswa dengan pola asuh orang tua tidak baik cenderung lebih sering mengonsumsi makanan jajanan dibandingkan siswa dengan pola asuh orang tua baik. ($p\text{-value} = 0,000$), ($PR = 14,2$).

B. Saran

1. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan edukasi gizi kepada siswa melalui kegiatan penyuluhan atau sosialisasi yang dilakukan secara berkala. Edukasi dapat difokuskan pada pentingnya memilih makanan jajanan yang sehat, aman, dan bergizi. Selain itu, sekolah juga dapat bekerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi gizi serta melakukan pemantauan terhadap jenis makanan jajanan yang dijual di lingkungan sekolah agar siswa memiliki akses terhadap jajanan yang lebih sehat.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat lebih berperan dalam membimbing dan mengawasi kebiasaan makan anak, terutama dalam memilih makanan jajanan yang dikonsumsi di sekolah. Orang tua juga dapat memberikan pemahaman mengenai pentingnya memilih jajanan yang sehat serta membiasakan anak mengonsumsi makanan yang bergizi di rumah. Keterlibatan orang tua dalam memberikan arahan dan

pengawasan diharapkan dapat membantu anak dalam membentuk kebiasaan konsumsi makanan yang lebih baik.

3. Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih bijak dalam memilih makanan jajanan dengan memperhatikan kebersihan, keamanan, dan kandungan gizinya. Selain itu, siswa diharapkan dapat membatasi konsumsi jajanan yang tinggi gula, garam, dan lemak serta membiasakan diri memilih makanan yang lebih sehat untuk mendukung pertumbuhan dan kesehatan.