

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kebiasaan konsumsi jajanan dengan status gizi anak sekolah di SD Negeri 17 Kesiman dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Jenis jajanan yang biasa dikonsumsi sampel adalah camilan/kudapan sebanyak 92.0%, makanan sepiringan sebanyak 58.0%, minuman sebanyak 52% dan buah sebanyak 34.0%.
- 2) Frekuensi konsumsi jajanan yang sesuai sebanyak 44.0% dan frekuensi konsumsi jajanan yang tidak sesuai sebanyak 22.0%
- 3) Konsumsi energi dari jajanan dengan kategori kurang sebanyak 40.0% dan kategori cukup sebanyak 60.0%
- 4) Konsumsi protein dari jajanan dengan kategori kurang sebanyak 48.0% dan kategori cukup sebanyak 52.0%
- 5) Ditemukan status gizi baik sebanyak 64%, status gizi lebih sebanyak 14.0%, obesitas sebanyak 22.0% serta tidak ditemukan status gizi buruk dan kurang
- 6) Ada hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi jajanan dengan status gizi dengan nilai  $p = 0.000$
- 7) Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi energi makanan jajanan dengan status gizi dengan nilai  $p = 0.000$
- 8) Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi protein makanan jajanan dengan status gizi dengan nilai  $p = 0.002$ .

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka penulis dapat menyarankan sebagai berikut :

1. Perlu adanya perhatian khusus dari pihak orang tua maupun sekolah mengenai pemberian edukasi konsumsi makanan jajanan. Sangat penting mengenalkan dan memberikan pengetahuan tentang pentingnya konsumsi makanan jajanan yang sehat kepada anak dan pentingnya membawa bekal makanan dari rumah kepada orang tua
2. Kepada pihak kantin sekolah disarankan untuk menjual jenis jajanan yang sehat seperti: bersih, terhindar dari kontaminasi dan tidak menjual jajanan dengan warna yang mencolok
3. Pada anak dengan status gizi lebih dan obesitas perlu mempraktikkan pola menu gizi seimbang dengan memperhatikan konsumsi buah dan sayur.
4. Terdapat kelemahan dalam penelitian ini yaitu pada metode recall yang dilakukan secara berturut-turut, diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat meneliti konsumsi dari jajanan anak sekolah, dengan menggunakan metode recall 1x24 jam yang tidak berturut-turut atau menggunakan kombinasi metode survei konsumsi yang lain.