

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan melakukan studi literatur dan menganalisisnya maka dapat disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan pemilihan makanan jajanan pada anak sekolah dasar adalah :

- 1) pengetahuan, uang saku, jenis makanan, dan frekuensi makanan
- 2) sikap, peran orang tua, teman sebaya, media massa
- 3) bekal sekolah, aktifitas sekolah, ketersediaan makanan jajanan serta sarapan
- 4) minat, faktor yang mempengaruhi minat adalah rasa, harga, keinginan memperoleh makanan, dan motivasi.

Pemilihan makanan jajanan menjadi sesuatu yang penting, karena makanan jajanan memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah. Konsumsi makanan jajanan anak sekolah perlu diperhatikan karena aktivitas anak yang tinggi. Konsumsi makanan jajanan anak diharapkan dapat memberikan kontribusi energi dan zat gizi lain yang berguna untuk pertumbuhan anak. Namun, konsumsi jajanan yang berlebihan juga dapat menyebabkan peningkatan berat badan apabila pilihan jajanan berupa makanan yang tinggi kalori, lemak, gula, dan rendah zat gizi yang dibutuhkan oleh anak-anak. Apabila konsumsi makanan jajanan pada anak usia sekolah tidak baik maka dikhawatirkan akan membawa efek negatif pada tubuh.

6.2 Saran

6.2.1 Perawat

Memberikan edukasi kepada orang tua, guru dan anak sekolah mengenai pentingnya memilih makanan jajanan sekolah yang baik, sehingga akan terbentuk anak yang sehat.

6.2.2 Orang tua

Orang tua adalah orang yang memberikan bekal uang saku kepada anak, sehingga diharapkan orang tua dapat memberikan uang saku dengan bijak.

6.2.3 Peneliti selanjutnya

Untuk melakukan *literatur review* terkait dengan faktor yang mempengaruhi pemilihan makanan jajanan pada anak usia sekolah dasar secara terperinci atau yang belum di teliti oleh peneliti sekarang.