

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada Siswa/Siswi SDI Bertingkat Kelapa Lima 1 maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Diketahui Kebiasaan sarapan pagi pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa lima 1 Kota Kupang dalam kategori Baik 45%, Kurang baik 55%.
2. Diketahui Kebiasaan Jajan pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa lima 1 Kota Kupang dalam kategori, Baik 22,5% Cukup 61,7%, Kurang 15,8%.
3. Diketahui status Gizi pada anak sekolah di SDI Bertingkat kelapa lima 1 Kota Kupang dalam kategori, Gizi kurang 25%, Gizi baik 56,7%, Gizi lebih 5%.
4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan pagi dengan status gizi Siswa/siswi SDI Bertingkat Kelapa Lima 1 (p value  $0,629 > 0,005$ ).
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan Jajan dengan status gizi Siswa/siswi SDI Bertingkat Kelapa Lima 1 (p value  $0,225 > 0,005$ ).

#### **B. . Saran**

1. Bagi Siswa Sekolah Dasar  
Diharapkan agar tetap sarapan sebelum berangkat sekolah dan lebih selektif dalam memilih jajanan baik di lingkungan sekolah maupun di luar lingkungan sekolah serta biasakan membawa bekal dari rumah.
2. Bagi Orang Tua Siswa  
Diharapkan kepada orang tua siswa dapat lebih memperhatikan sarapan anaknya dan frekuensi jajanan yang dikonsumsi selama berada di sekolah dengan cara mengontrol uang jajan dan memberikan bekal yang menarik agar siswa tertarik dan suka mengkonsumsi bekal yang dibawanya dibandingkan mengkonsumsi jajanan, karena bekal yang dikonsumsi pelajar lebih terjamin. keamanan dan kebersihan.
3. Bagi Pihak Sekolah  
Diharapkan pihak kantin di sekolah lebih memperhatikan kebiasaan jajanan siswa selama berada di sekolah dengan memberikan informasi mengenai jajanan dengan bekerjasama dengan instansi kesehatan dalam menyampaikan informasi dan

mendirikan kantin sehat sehingga kebersihan dan keamanan jajanan di sekolah lebih terjamin dan memberikan persyaratan mengenai jajanan yang aman. dan sehat bagi siswa sekolah dasar.

#### 4. Bagi Institusi Kesehatan

Diharapkan bagi institusi kesehatan

yaitu Dinas Kesehatan, Puskesmas Oebobo dan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang khususnya Program Studi Gizi agar dapat bekerjasama dengan sekolah untuk memberikan penyuluhan dan bimbingan kepada siswa tentang jajanan sehat untuk menambah pengetahuan siswa tentang gizi.

#### 5. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian mengenai kebiasaan jajanan siswa dengan melihat pengaruh kontribusi zat gizi jajanan dan penambahan zat adiktif pada jajanan terhadap status gizi siswa sekolah dasar.