BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai strategi sekolah dalam membentuk kebiasaan makan sehat di SMK Negeri 8 Medan dapat disimpulkan bahwa :

1. Pembentukan kebiasaan makanan sehat di SMK Negeri 8 Medan tidak dapat dipahami sebagai proses yang sederhana, melainkan melibatkan interaksi berbagai faktor seperti kebijakan sekolah, kondisi sosial ekonomi siswa, serta budaya konsumsi yang berkembang di lingkungan sekolah. Ketiga aspek ini saling berkaitan dan memengaruhi satu sama lain, sehingga membentuk pola perilaku makan siswa yang tidak mudah diubah hanya melalui satu pendekatan saja.
2. Pihak sekolah telah berupaya secara aktif dalam membentuk kebiasaan makan sehat melalui sejumlah program dan kebijakan, seperti pelaksanaan sarapan sehat bersama setiap bulan, pembatasan penjualan mie instan di kantin, serta pemberian edukasi gizi melalui pembelajaran di kelas khususnya pada jurusan kuliner, serta penyediaan fasilitas seperti dispenser air minum dan menu nasi lengkap di kantin juga menjadi bentuk dukungan nyata dari sekolah dalam mendorong pola makan yang lebih sehat
3. Meskipun berbagai strategi telah dijalankan, implementasinya masih menghadapi hambatan dari sisi struktural, terutama dalam hal pengelolaan kantin yang masih diserahkan kepada pihak ketiga. Kondisi ini terjadi karena

belum adanya regulasi terkait retribusi yang memungkinkan sekolah untuk mengelola kantin secara mandiri melalui sistem BLUD. Akibatnya, kontrol sekolah terhadap jenis dan kualitas makanan yang dijual menjadi terbatas.

4. Keterbatasan uang saku yang dimiliki siswa menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi kebiasaan makan mereka. Dalam kondisi tersebut, siswa cenderung memilih makanan instan yang lebih murah dan mudah dijangkau dibandingkan makanan sehat yang umumnya memiliki harga lebih tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa faktor ekonomi memiliki peran besar dalam menentukan pilihan konsumsi sehari-hari siswa.
5. Meskipun siswa, khususnya dari jurusan kuliner, telah mendapatkan pengetahuan mengenai makanan sehat melalui pembelajaran di kelas, pengetahuan tersebut belum sepenuhnya diterapkan dalam praktik kehidupan sehari-hari. Hal ini disebabkan oleh terbatasnya ketersediaan pilihan makanan sehat di kantin serta adanya pengaruh kuat dari teman sebaya yang cenderung menganggap konsumsi makanan instan sebagai sesuatu yang wajar dan umum dilakukan. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan praktik dalam perilaku konsumsi siswa.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan. Adapun saran yang penulis berikan terkait dengan penelitian strategi sekolah dalam membentuk kebiasaan makan sehat di SMK Negeri 8 Medan adalah sebagai berikut :

1. Pihak sekolah disarankan untuk memperkuat peraturan sekolah terkait pengelolaan kantin sehat melalui penyusunan aturan tertulis yang lebih jelas dan mengikat, serta meningkatkan pengawasan agar kebijakan yang telah ada dapat diterapkan secara konsisten. Selain itu, sekolah diharapkan terus mengupayakan terbitnya peraturan daerah yang memungkinkan pengelolaan kantin dilakukan langsung oleh sekolah.
2. Pengelola kantin disarankan untuk meningkatkan pemahaman mengenai konsep makanan sehat sesuai standar gizi, serta lebih kreatif dalam menyediakan menu sehat yang terjangkau dan sesuai dengan selera siswa. Kerja sama antara pengelola kantin, pihak sekolah, dan guru jurusan kuliner perlu diperkuat untuk merancang menu sehat yang diminati siswa.
3. Guru, khususnya guru jurusan kuliner, disarankan untuk tidak hanya memberikan edukasi secara teoritis, tetapi juga mendorong penerapan praktik makan sehat di lingkungan sekolah melalui keteladanan dan kegiatan praktik sederhana yang dapat diterapkan di kantin.
4. Siswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan dengan lebih bijak dalam memilih makanan, serta mulai membiasakan diri membawa bekal dan air minum dari rumah sebagai upaya mengurangi konsumsi makanan instan dan minuman berpemanis buatan.