

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang telah jelaskan, maka dapat diambil kesimpulan:

1. Karakteristik responden yaitu responden berjenis kelamin perempuan sebesar 73,85 persen. Uang saku termasuk kategori rendah sebesar 92,31 persen, Frekuensi jajan siswa SMA termasuk kategori sering (1x/hari) sebesar 67,69 persen. Pendidikan ayah termasuk kategori SMA/Sederajat sebesar 60,00 persen dan pendidikan ibu juga termasuk kategori SMA/Sederajat sebesar 47,70 persen. Pekerjaan ayah sebagian besar adalah wirausaha/wiraswasta dan pekerjaan ibu sebagian besar adalah tidak bekerja/Ibu Rumah Tangga. Pendapatan ayah pada kategori tinggi ($>Rp.2.500.000 - Rp.3.500.000$) sebesar 36,92 persen dan ibu tidak ada pendapatan sebesar 53,85 persen.
2. Daya tarik iklan *junk food* pada siswa SMA sebagian besar termasuk kategori tertarik terhadap iklan sebesar 53,9 persen.
3. Frekuensi konsumsi *junk food* pada siswa SMA sebagian besar termasuk kategori frekuensi konsumsi ≥ 3 kali/minggu sebesar 66,2 persen.
4. Siswa SMA sebagian besar termasuk dalam kategori gemuk sebesar 55,4 persen.
5. Berdasarkan hasil uji *chi-square*, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara daya tarik iklan *junk food* dengan kegemukan pada siswa di SMA

Negeri 1 Kejuruan Muda dengan nilai p -value 0,419 pada taraf signifikansi 0,05.

6. Berdasarkan hasil uji korelasi *rank spearman*, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan kegemukan pada siswa di SMA Negeri 1 Kejuruan Muda dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,251 dan nilai p -value sebesar 0,044 pada taraf signifikan 0,05. Artinya semakin tinggi frekuensi konsumsi *junk food* maka akan semakin tinggi resiko mengalami kegemukan.
7. Hasil analisis uji regresi logistik menunjukkan variabel frekuensi konsumsi memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan kegemukan dengan nilai p -value $0,040 < 0,05$ dengan nilai $OR = 1,500$. Variabel daya tarik iklan tidak memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kegemukan dengan nilai p -value $0,286 > 0,05$. Artinya jika satu poin peningkatan frekuensi konsumsi *junk food* maka akan berisiko sebesar 1,5 kali. Sedangkan setiap tertarik dengan iklan *junk food* maka akan berisiko sebesar 1,75 kali mengalami kegemukan.

5.2 Implikasi

Adapun implikasi dalam penelitian ini, yaitu:

1. Pihak sekolah dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan setempat untuk memberikan edukasi kepada siswa dan setiap keluarga mengenai makanan yang sehat dan bergizi seimbang, serta perlunya edukasi pengaruh positif dan negatif terkait iklan yang terdapat dimedia sosial dalam penerimaan informasi makanan yang tidak sehat.

2. Dari hasil penelitian di SMA Negeri 1 Kejuruan Muda terdapat siswa yang mengalami kegemukan dan obesitas sehingga data tersebut dapat menjadi referensi untuk pemerintah setempat dalam memantau dan mengintervensi dengan bekerja sama dengan sekolah dan puskesmas setempat untuk melakukan penyuluhan tentang konsumsi *junk food* dan kegemukan.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, maka disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Diharapkan kepada orang tua atau keluarga responden dapat memperhatikan konsumsi makanan yang sehat untuk mencukupi kebutuhan gizi pada siswa SMA sehari-hari.
2. Diharapkan untuk tenaga kesehatan setempat untuk melakukan penyuluhan tentang *junk food* pada siswa agar bisa lebih selektif dalam memilih makanan jajanan dan dapat mengontrol keseringan frekuensi konsumsi *junk food*.
3. Agar mendapatkan hasil yang lebih unggul dan lebih besar, diharapkan analisis selanjutnya dilakukan dengan pendekatan yang berbeda dengan memperbanyak jumlah sampel dari analisis sebelumnya, serta memperluas pertanyaan yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi siswa dalam mengonsumsi *junk food*.