BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan literasi gizi dengan kebiasaan jajan remaja di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan memiliki literasi gizi kategori baik (74,4%).
2. Sebagian besar remaja memiliki kebiasaan jajan kategori baik (57,1%).
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara literasi gizi dengan kebiasaan jajan remaja di MTsS Taman Pendidikan Islam Medan ($p = 0,129$; $p > 0,05$).

A. Saran

Berdasarkan temuan studi ini, diperkirakan remaja akan lebih selektif dalam memilih camilan dengan mempertimbangkan kebersihan, keamanan, dan nilai gizi makanan yang mereka konsumsi. Lembaga pendidikan diharapkan terus berupaya menciptakan suasana yang mendorong perilaku ngemil sehat dengan mengawasi camilan yang tersedia di lingkungan sekolah. Selain itu, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi perilaku ngemil remaja, termasuk tekanan teman sebaya, uang saku, lingkungan pendidikan, dan pengaruh keluarga, guna mendapatkan temuan yang lebih komprehensif.