

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian survei yang dilakukan kepada 155 orang tua yang memiliki anak 4 – 6 tahun di Desa Cibiru Wetan, Kecamatan Cileunyi, Kabupaten Bandung mengenai pemahaman orang tua terhadap konsumsi *ultra-processed food* pada anak, peneliti memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Orang tua secara aktif menerapkan pembatasan harian terhadap pemberian UPF. Hal ini menunjukkan adanya kepedulian mereka terhadap kesehatan anak. Meskipun orang tua menyadari bahaya dari konsumsi UPF yang berlebihan, orang tua tetap memberikan makanan jenis ini pada anak-anak, namun dengan tetap melakukan pengawasan. Hal ini menindikasikan bahwa meskipun ada pengetahuan mengenai risiko, faktor lain seperti kenyamanan atau preferensi anak juga memainkan peran dalam keputusan orang tua terkait konsumsi UPF
2. Faktor yang paling mempengaruhi orang tua dalam pemberian produk UPF pada anak yaitu karena praktis. Penyajiannya yang cepat menjadi alasan untuk para orang tua memberikan produk UPF pada anak. Faktor selanjutnya yaitu karena adanya permintaan dari anak yang sulit untuk ditolak oleh orang tua.
3. Upaya yang dilakukan oleh orang tua dalam mengurangi penggunaan produk UPF pada anak yaitu dengan beberapa cara, diantaranya dengan membatasi konsumsi UPF, memberi edukasi pada anak terkait produk UPF, memberikan alternatif makanan lain, memberikan makanan yang bergizi, memberikan *real food*, dan mengolah makanan sendiri.

5.2 Implikasi

Penelitian yang dilakukan merupakan hasil survei dengan hasil yang diharapkan dapat dijadikan pertimbangan atau pembelajaran untuk perbaikan pada penelitian selanjutnya, dengan diperoleh hasil yang cukup baik dari pemahaman orang tua terhadap konsumsi *ultra-processed food* pada anak, implikasi yang diperoleh yaitu:

1. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk pengembangan program edukasi yang lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman orang tua terhadap konsumsi *ultra-processed food* pada anak. Sehingga para orang tua yang memiliki anak usia dini lebih memahami terkait pemenuhan gizi anak untuk memperoleh pertumbuhan dan perkembangan anak yang lebih optimal.
2. Menyediakan berbagai informasi dari berbagai platform mengenai upaya-upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk mengurangi konsumsi UPF pada anak sehingga orang tua mendapatkan pengetahuan yang lebih banyak mengenai pemenuhan gizi anak.

5.3 Rekomendasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman orang tua terhadap konsumsi UPF pada anak di Desa Cibiru Wetan, Kecamatan Cileunyi, Kabupaten Bandung, memiliki beberapa rekomendasi, diantaranya:

1. Dapat dilakukan edukasi kepada orang tua untuk meningkatkan pemahamannya terhadap konsumsi *ultra-processed food* pada anak melalui berbagai program yang dapat diselenggarakan oleh pihak desa maupun sekolah yang memiliki hubungan dekat dengan orang tua.
2. Mengadakan kebijakan yang diselenggarakan oleh pemerintah yang dapat mengurangi konsumsi *ultra-processed food* pada anak.