

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMPIT Ar-Rahmah Kabupaten Bogor dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswa yang konsumsi buah dan sayuranya kurang sebesar 47,6% sedangkan siswa yang konsumsi buah dan sayuranya cukup sebesar 52,3%.
2. Siswa dengan jenis kelamin laki-laki sebesar 51,2%, sedangkan siswa dengan jenis kelamin perempuan sebesar 48,8%.
3. Siswa dengan pengetahuan kurang sebesar 37,2%, sedangkan siswa dengan pengetahuan baik sebesar 62,8%.
4. Siswa dengan sikap kurang sebesar 48,8%, sedangkan siswa dengan sikap baik sebesar 51,2%.
5. Siswa yang tidak menyukai buah dan sayur sebesar 8,1%, sedangkan siswa yang menyukai buah dan sayur sebesar 91,9%.
6. Orang tua yang tidak biasa mengonsumsi buah dan sayur sebesar 50%, sedangkan orangtua yang biasa mengonsumsi buah dan sayur sebesar 50%.
7. Siswa yang tidak tersedia buah dan sayur dirumah sebesar 43%, sedangkan siswa yang tersedia buah dan sayur dirumah sebesar 57%.
8. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur adalah pengetahuan (*p value* 0,019), kebiasaan orangtua (*p value* 0,000) dan ketersediaan buah dan sayur dirumah (*p value* 0,011).
9. Faktor-faktor yang tidak berhubungan dengan konsumsi buah dan sayur yaitu jenis kelamin (*p value* 1,000), sikap (*p value* 0,524) dan preferensi (*p value* 0,521).

V.2 Saran

1. Profesi Gizi

Profesi Gizi bekerjasama dengan sekolah memberikan penyuluhan tentang pengetahuan gizi dalam membantu meningkatkan konsumsi buah dan sayur di sekolah khususnya tentang materi yang masih kurang diantaranya anjuran konsumsi buah dan sayur dalam sehari, kandungan zat gizi dalam buah dan sayur serta bagaimana cara mengonsumsi buah dan sayur yang baik

2. Pihak Sekolah

- a. Bekerjasama dengan pihak dinas kesehatan setempat terutama ahli gizi untuk mengadakan penyuluhan gizi. Materi yang diberikan pada siswa terutama yang diarahkan pada materi yang masih kurang diantaranya anjuran konsumsi buah dan sayur dalam sehari, kandungan zat gizi dalam buah dan sayur serta bagaimana cara mengonsumsi buah dan sayur yang baik.
- b. Target penyuluhan tidak hanya siswa akan tetapi orangtua siswa turut ikut serta dalam penyuluhan tersebut agar orangtua dapat mengetahui manfaat buah dan sayur sehingga orangtua siswa dapat termotivasi untuk menyediakan buah dan sayur dirumah. Kegiatan ini dapat dilakukan ketika ada pertemuan orangtua dengan pihak sekolah pada saat acara pembagian raport siswa atau pada acara lain.
- c. Dalam kegiatan penyuluhan, orangtua diberikan masukan untuk memberikan motivasi kepada siswa dan memberikan contoh kepada anaknya agar dapat membiasakan mengonsumsi buah dan sayur dirumah sehingga anak dapat mengonsumsi buah dan sayur setiap hari.