

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa Kelas 4,5 dan 6 di SD Islam Azmia Depok Tahun 2017 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Siswa yang konsumsi buah dan sayur kurang (72,6%) sedangkan siswa yang konsumsi buah dan sayurnya baik (27,4%).
2. Siswa yang mempunyai pengetahuan buah dan sayur kurang baik sebesar (64,3%) sedangkan siswa yang mempunyai pengetahuan buah dan sayur baik sebesar (35,7%) dan Siswa yang memiliki preferensi terhadap buah dan sayur sebesar (77,4%) sedangkan siswa yang tidak memiliki preferensi terhadap buah dan sayur sebesar (22,6%).
3. Siswa yang memiliki pengaruh orang tua baik sebesar (62,0%) sedangkan siswa yang memiliki pengaruh orang tua kurang baik sebesar (38,0%), Siswa yang memiliki pengaruh teman sebaya baik sebesar (54,8%) sedangkan siswa yang memiliki pengaruh teman sebaya kurang sebesar baik (45,2%) dan Siswa yang memiliki ketersediaan buah dan sayur di rumah sebesar (53,6%) sedangkan siswa yang tidak memiliki ketersediaan buah dan sayur di rumah sebesar (46,4%).
4. Terdapat hubungan antara pengetahuan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur (p value = 0,007).
5. Terdapat hubungan antara preferensi buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur (p value = 0,030).
6. Terdapat hubungan antara pengaruh orang tua dengan konsumsi buah dan sayur (p value = 0,032).
7. Tidak ada hubungan antara pengaruh teman sebaya dengan konsumsi buah dan sayur (p value = 0.153).

8. Terdapat hubungan antara ketersediaan buah dan sayur di rumah dengan konsumsi buah dan sayur (p value = 0,011).

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Profesi Gizi

Diharapkan profesi gizi bekerjasama dengan sekolah untuk memberikan penyuluhan tentang konsumsi buah dan sayur disekolah khususnya materi yang masih kurang seperti anjuran mengonsumsi buah dan sayur dalam sehari dan fungsi vitamin D.

V.2.2 Bagi Sekolah

1. Diharapkan pihak sekolah memberikan informasi mengenai hasil penelitian ini untuk menambah pengetahuan mengenai manfaat konsumsi buah dan sayur kepada seluruh warga sekolah melalui kegiatan-kegiatan, yakni mengadakan seminar yang diadakan disekolah dan dihadiri seluruh warga sekolah yang juga melibatkan orang tua siswa. Orang tua 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.
2. Diharapkan pihak sekolah melakukan penyuluhan mengenai buah dan sayur kepada para siswa terutama yang diarahkan pada materi yang masih kurang diantaranya anjuran mengonsumsi buah dan sayur dalam sehari.
3. Diharapkan pihak sekolah mengingatkan orangtua supaya menyediakan buah dan sayur di rumah sehingga anak mempunyai akses terhadap buah dan sayur .

V.2.3 Bagi Penelitian Lain

1. Diharapkan ada penelitian lain yang akan meneliti variabel yang tidak bermakna pada penelitian ini.
2. Diharapkan ada penelitian lain mengenai konsumsi buah dan sayur pada target kelompok usia, kelompok sosial atau tempat yang berbeda.

