

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian gambaran faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah pada siswa di SDN 1 Tri Tunggal Jaya Penawartama tahun 2021 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut yaitu :

1. Presentase Konsumsi sayur dan buah kurang 77,5% dan untuk presentase konsumsi sayur dan buah cukup hanya 22,5%.
2. Presentase pengetahuan siswa tentang sayur dan buah yaitu 7,5% siswa pengetahuan baik, 40% pengetahuan cukup dan 52,5% pengetahuan kurang tentang sayur dan buah.
3. Presentase siswa dengan preferensi sayur yaitu 35% suka terhadap sayur dan 65% tidak suka sayur.
4. Presentase siswa dengan preferensi buah yaitu 92,5% suka terhadap buah dan 7,5% tidak suka buah.
5. Persentase ketersediaan sayur dirumah tangga yaitu 50% tersedia dan 50% tidak tersedia sayur di rumah tangga.
6. Persentase ketersediaan buah dirumah tangga yaitu 37,5% tersedia dan 62,5% tidak tersedia buah dirumah tangga.

#### **B. Saran**

1. Bagi Sekolah

Perlu diadakan program tentang penyuluhan gizi dengan bentuk yang menarik bagi siswa dengan tema manfaat konsumsi sayur dan buah serta anjuran konsumsi sayur dan buah untuk meningkatkan kesadaran siswa dalam mengkonsumsi sayur dan buah.

2. Bagi Orang Tua

Perlu memberi motivasi dan pendidikan kepada anak agar mengkonsumsi sayur dan buah. menjadikan sayur dan buah menu favorit keluarga dengan membuat yang lebih menarik dan bermacam-macam agar tidak membosankan.