

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di wilayah Kibang Kecamatan Menggala Kabupaten Tulang Bawang pada tahun 2021 mengenai pendidikan, pengetahuan dan sikap ibu terhadap konsumsi sayur dan buah dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik pendidikan ibu yaitu yang paling banyak yaitu SMA sebesar 61,8%
2. Pengetahuan ibu kategori cukup sebesar 67,1% .
3. Sikap ibu Kategori kurang 68,4%. Dari data tersebut disimpulkan bahwa sikap ibu kurang lebih banyak dalam memberikan sayur dan buah pada anak yang berusia 3 -5 tahun.
4. Tingkat asupan sayur dengan kategori tidak sesuai anjuran sebesar 92,1%
5. Tingkat asupan buah dengan kategori tidak sesuai anjuran sebesar 81,6%

#### **B. Saran**

1. Puskesmas perlu penyuluhan rutin dengan dengan tema manfaat konsumsi sayur dan buah serta anjuran konsumsi sayur dan buah untuk meningkatkan kesadaran ibu balita dalam mengonsumsi sayur dan buah .
2. Bagi Orang Tua Perlu memberikan makanan yang bervariasi dan menarik dengan memanfaatkan pangan lokal yang ada di wilayah Kibang .