

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Adapun simpulan yang didapatkan dari penelitian diatas yaitu :

1. Sebagian besar subjek pengamatan memiliki status gizi normal yaitu dengan persentase 50%, status gizi kurang dengan persentase 33,33%, status gizi sangat kurang dengan persentase 3,33%, dan status gizi lebih dengan persentase 13,33%.
2. Tingkat konsumsi buah dan sayur perharinya yaitu pada tingkat konsumsi sayur perharinya dalam kategori kurang yaitu dengan persentase 61,54% dan tingkat konsumsi buah perharinya dengan kategori cukup yaitu dengan persentase 71,43%, serta rata-rata tingkat konsumsi buah dan sayur yaitu dengan kategori buah dengan tingkat konsumsi cukup dengan persentase 56,67% dan untuk kategori sayur dengan tingkat konsumsi kurang dengan persentase 43,33%.

B. Saran

Adapun saran yang dapat dilihat dari hasil penelitian tersebut yaitu, pentingnya dilakukan sosialisasi yang berkelanjutan tentang konsumsi buah dan sayur. Kepada Petugas Gizi Puskesmas Desa Tunjuk, Tabanan untuk dapat lebih sering memberikan edukasi gizi mengenai konsumsi buah dan sayur kepada anak khususnya pada anak balita yang berusia 3-5 tahun serta untuk para orang tua agar lebih memperhatikan dan menjaga konsumsi buah dan sayur pada anaknya.