BAB VI
SIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Konsumsi sayur pada anak sekolah dasar di Kelurahan Padangkerta paling banyak pada kategori defisit (kurang dari 70%), yaitu sebesar 68,8%. Sedangkan konsumsi sayur dengan kategori baik sebesar 15,6%.
2. Konsumsi buah pada anak sekolah dasar di Kelurahan Padangkerta paling banyak pada kategori baik (lebih dari 90%), yaitu sebesar 81,3%. Sedangkan konsumsi buah dengan kategori defisit sebesar 16,7%.
3. Status gizi anak sekolah dasar di Kelurahan Padangkerta sebagian besar memiliki status gizi baik (normal), yaitu sebesar 60,4%.
4. Tidak ada perbedaan status gizi berdasarkan konsumsi sayur dan buah anak sekolah dasar di Kelurahan Padangkerta, Kecamatan Karangasem.

B. Saran

1. Sekolah

Diharapkan bagi pihak sekolah agar menganjurkan para siswanya untuk meningkatkan konsumsi sayurnya. Dan bagi siswa yang memiliki status gizi kurang atau lebih dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan bergizi seimbang. Hal ini dilakukan agar dapat meningkatkan daya tahan tubuh khususnya di masa pandemic covid-19 ini. Sehingga para siswa dapat terhindar dari berbagai masalah kesehatan.

2. Orang tua

Diharapkan kepada pihak orang tua siswa, terutama para ibu siswa untuk menjadi model yang baik dalam mengonsumsi sayur dan buah, serta dapat menyediakan sayur dan buah rutin setiap hari dengan cara memanfaatkan lahan yang tersedia untuk menanam sayur dan buah. Terutama di masa pandemic covid-19 ini agar anak-anak terhindar dari bahaya virus covid-19 dan masalah kesehatan lainnya.