

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Pengetahuan siswa tentang sayur dan buah sebagian besar yaitu 57 siswa (96.6%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan 2 siswa (3.4%) memiliki tingkat pengetahuan yang cukup.
2. Sikap siswa tentang sayur sebagian besar siswa memiliki sikap dalam kategori baik
3. Sebagian besar siswa (59.3%) menyebut sering tersedia sayur di rumah tangga demikian juga dengan buah sebagian besar siswa (64.4%) mengaku sering tersedia buah di rumah tangga. Semua siswa (100%) mengaku sering tersedia sayur dan buah setiap hari dikantin
4. Sebanyak 52 siswa (88.1%) tingkat konsumsi sayur kurang dan 7 siswa (11.9%) memiliki tingkat konsumsi cukup
5. Sebanyak 7 siswa (11.9%) memiliki tingkat konsumsi buah kurang dan 52 siswa (88.1%) cukup
6. Tidak adanya kecendrungan keterkaitan antara pengetahuan, sikap, ketersediaan dan tingkat konsumsi sayur dan buah.

B. Saran

1. Disarankan kepada siswa SDN 10 Padang Sambian agar konsumsi sayur dan buah dalam sehari perlu ditingkatkan, sesuai dengan anjuran yaitu 1 porsi (100gr) buah dan 2 porsi (200gr).
2. Penyuluhan tentang sayur dan buah perlu dilakukan dan perlu dilakukan dengan memotivasi siswa melalui gerakan atau aksi makan sayur dan buah secara rutin.