

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap tentang konsumsi buah dan sayur dengan media poster pada siswa kelas V di SDN 1 Palaan Kecamatan Ngajum Kabupaten Malang dengan rincian sebagai berikut:

1. Nilai rata-rata responden sebelum penyuluhan berdasarkan nilai pengetahuan yaitu 67,4 dengan standar deviasi 10,1 dan masuk kedalam kategori cukup. Sedangkan untuk tingkat pengetahuan responden sebelum penyuluhan sebagian besar masuk kedalam kategori cukup yaitu sebanyak 74% (23 reponden).
2. Nilai rata-rata responden sesudah penyuluhan berdasarkan nilai pengetahuan yaitu 89,6 dengan standar deviasi 7,1 dan masuk kedalam kategori baik. Sedangkan untuk tingkat pengetahuan responden sesudah penyuluhan seluruh responden masuk kedalam kategori baik yaitu sebanyak 100% (23 reponden).
3. Terdapat perbedaan yang signifikan antara rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan pada  $p\text{-value}$  0,000 <0,05.
4. Nilai rata-rata responden sebelum penyuluhan berdasarkan nilai sikap yaitu 73,0 dengan standar deviasi 7,0 dan masuk kedalam kategori cukup. Sedangkan untuk tingkat sikap responden sebelum penyuluhan sebagian besar masuk kedalam kategori cukup yaitu sebanyak 57% (23 reponden).
5. Nilai rata-rata responden sesudah penyuluhan berdasarkan nilai sikap yaitu 91,3 dengan standar deviasi 6,3 dan masuk kedalam kategori baik. Sedangkan untuk tingkat sikap responden sesudah penyuluhan seluruh responden masuk kedalam kategori baik yaitu sebanyak 100% (23 reponden).
6. Terdapat perbedaan yang signifikan antara rerata sikap sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan pada  $p\text{-value}$  0,000 <0,05.

## **B. Saran**

Mengingat masih ada beberapa siswa yang belum mengetahui pentingnya mengkonsumsi buah dan sayur bagi tubuh terutama bagi anak usia sekolah sehingga perlu adanya dukungan dari pihak orangtua siswa dan sekolah yang memberikan pengetahuan terkait konsumsi buah dan sayur.

Perlunya peran orangtua dalam melakukan proses pembiasaan makan buah dan sayur sejak dini. Bisa dimulai dengan memperkenalkan buah dan sayur secara perlahan-lahan kepada anak. Serta pemberian contoh orang tua yang memakan buah dan sayur setiap hari, atau sertakan anak dalam proses pemilihan buah dan sayur agar anak lebih tertarik untuk mengonsumsi buah dan sayur sehari-harinya.

Serta perlunya peran pihak sekolah dengan adanya pengawasan terhadap jajanan sekolah agar menyediakan buah dan sayur dalam makanan yang di jual di sekolah. Juga perlu diadakannya sebuah kebijakan mengenai murid diharuskan membawa bekal makan siang yang di dalam bekal tersebut terdapat buah dan sayur. Diadakannya jam makan bersama dimana dibawah pengawasan guru kelas dan diajarkan untuk mengonsumsi buah dan sayur setiap harinya.

Selain dukungan dari orangtua dan sekolah, petani juga memiliki kontribusi dalam pemenuhan ketersediaan buah dan sayur lokal yang dapat ditanam baik disawah maupun di kebun atau bahkan di halaman rumah dengan metode tanam modern yang telah banyak berkembang saat ini, sehingga dapat menyediakan buah dan sayur bervariasi tanpa harus membeli buah impor yang relatif mahal, maka diperlukan juga sosialisasi kepada petani terkait pentingnya ketersediaan buah dan sayur dan metode-metode tanam yang dapat menghasilkan buah dan sayur yang melimpah.

