

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan literasi gizi, preferensi buah dan sayur, dan ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMA Negeri 10 Padang, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja di SMA Negeri 10 Padang mengonsumsi buah dan sayur <400 gram dalam sehari (58%).
2. Sebagian besar remaja di SMA Negeri 10 Padang memiliki literasi gizi yang baik (56,5%).
3. Sebagian besar remaja di SMA Negeri 10 Padang memiliki preferensi buah dan sayur yang baik (52,2%) dengan jenis buah yang paling disukai yaitu semangka (97,1%) dan jenis sayur yang paling disukai yaitu kangkung (89,9%).
4. Sebagian besar remaja di SMA Negeri 10 Padang memiliki ketersediaan buah dan sayur yang masih tergolong kurang (50,7%).
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara literasi gizi dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMA Negeri 10 Padang ($p\text{-value}=0,043$).
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara preferensi buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMA Negeri 10 Padang ($p\text{-value}=0,036$).
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara ketersediaan buah dan sayur dengan konsumsi buah dan sayur pada remaja di SMA Negeri 10 Padang ($p\text{-value}=0,040$).