

## BAB 6. KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

### 6.1. Kesimpulan

1. Konsumsi buah dan sayur anak usia 10-12 tahun sebesar 102 gram per hari dan faktor-faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor individu (*personal preference* dan keterpaparan informasi dari media televisi) dan faktor lingkungan fisik (akses dan penyajian buah sayur).
2. Diperoleh delapan menu optimasi buah sayur untuk anak usia 10-12 tahun yang memenuhi pedoman gizi seimbang dan disukai/dipilih oleh anak.
3. Diperoleh penerimaan yang baik dari anak usia 10-12 tahun terhadap delapan menu optimasi buah dan sayur.

### 6.2. Rekomendasi

Penelitian ini sejalan dengan rencana kerja prioritas pemerintah bidang kesehatan dan mendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) yang menjadi program Kementerian Kesehatan, melalui fokus kegiatan konsumsi buah sayur yang cukup. Rekomendasi yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian ini menitikberatkan pada promosi dan advokasi kesehatan. Promosi kesehatan meliputi informasi, motivasi, dan inovasi (IMI):

1. Informasi kesehatan yaitu memperkenalkan atau mempromosikan kembali pola gizi seimbang di sekolah dan orang tua murid/pengasuh.
2. Motivasi konsumsi buah sayur kepada anak melalui guru dan keluarga.
3. Inovasi yaitu mendorong orang tua untuk menyediakan buah dan sayur dalam bentuk yang digemari oleh anak.

Kemudian perlu dilakukan kegiatan advokasi kebijakan sekolah untuk menyediakan makanan atau camilan sehat di kantin sekolah. Delapan menu buah dan sayur yang dikembangkan dalam penelitian ini dapat menjadi rekomendasi bagi anak dan orang tua sebagai alternatif menu harian buah dan sayur di rumah atau bekal untuk ke sekolah dengan harga terjangkau dan memenuhi kebutuhan serat harian anak.

Hasil penelitian ini dapat menjadi bukti bahwa diperlukan strategi pendekatan dengan *setting* sekolah untuk membentuk perilaku makan yang sehat melalui peningkatan kesadaran masyarakat sekolah (murid, guru, orang tua) dalam konsumsi sayur dan buah serta peningkatan akses dan lingkungan yang mendukung untuk konsumsi sayur dan buah di sekolah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan yang telah memberikan kesempatan untuk menjadi ketua peneliti dan memberikan dana pada Riset Pembinaan Kesehatan (Risbinkes) Tahun 2017. Ucapan terima kasih juga diberikan kepada Bapak **Dr. Ir. Basuki Budiman, MScPH** dan Ibu **Nunik Kusumawardani, SKM, MSc, PhD** atas bimbingan dan arahannya kepada penulis dalam mengembangkan proposal penelitian, supervisi pengumpulan data, hingga laporan penelitian.

Selanjutnya ucapan terima kasih ditujukan kepada Tim Teknis Riset Pembinaan Kesehatan, yang telah memberikan berbagai masukan dalam proses penyempurnaan protokol dan laporan penelitian. Terima kasih ditujukan kepada Panitia dan Tim Sekretariat Risbinkes 2017 yang telah memfasilitasi ketua peneliti Risbinkes dalam mengikuti pembinaan proposal dan laporan serta membantu keseluruhan proses administrasi penelitian.

Selain itu ucapan terima kasih ditujukan kepada Kepala Puslitbang Upaya Kesehatan Masyarakat, Bapak **drg. Agus Suprpto, M.Kes** dan Ibu **Sri Irianti, SKM, MPhil, PhD** selaku pembina peneliti yang telah memberikan masukan untuk penyempurnaan laporan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Kepala Sub Bidang Gizi dan Kesehatan Keluarga, **Dr. Agus Triwinarto** yang telah memberikan kekeluasaan dan ijin penuh kepada penulis pada setiap kegiatan Risbinkes. Kepada **Nur Handayani Utami, M.Gizi** dan **Dr. Hera Nurlita**, terima kasih atas bantuan dan kerja sama tim yang baik. Kemudian untuk **Endah Setyaningsih, PhD** terima kasih untuk bantuannya dalam menganalisis data kualitatif. Untuk keluarga dan para sahabat, penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan yang telah diberikan secara moril dan materil.