

## BAB VI: PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan pada pra lansia di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang terkait pencegahan osteoporosis sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok *Whatsapp* dan kontrol.
2. Terdapat perbedaan rata-rata sikap pada pra lansia di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang tentang pencegahan osteoporosis sebelum dan sesudah edukasi gizi pada kelompok *Whatsapp* dan kontrol.
3. Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media *Whatsapp* terhadap perubahan pengetahuan terkait pencegahan osteoporosis pada pra lansia di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang tahun 2021.
4. Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media *Whatsapp* terhadap perubahan sikap terkait pencegahan osteoporosis pada pra lansia di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam Kota Padang tahun 2021.
5. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap pada *pretest* dan *posttest* dengan edukasi gizi pada kelompok *Whatsapp*.
6. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap pada *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

### 6.2 Saran

1. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar pelaksanaan program edukasi gizi untuk pra lansia khususnya untuk kampanye pencegahan osteoporosis terutama edukasi mengenai faktor risiko osteoporosis dan pengobatan osteoporosis dengan menggunakan media grup *Whatsapp*

## 2. Bagi pra Lansia

Diharapkan setelah mendapatkan edukasi gizi mengenai pencegahan osteoporosis dapat menyebarluaskan informasi kepada pra lansia lainnya melalui media *Whatsapp*.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Merancang konten yang lebih optimal dan kreatif agar lebih menarik perhatian sasaran edukasi seperti lebih mendalami potensi pada media *Whatsapps*.
- b. Melaksanakan penelitian tentang pencegahan osteoporosis dari penelitian ini dengan membandingkan media lainnya.

