BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh penyuluhan gizi terhadap tingkat pengetahuan dan perubahan sikap remaja gizi lebih tentang sayur dan buah di SMP Negeri 4 Padang Panjang tahun 2016, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja gizi lebih di SMP Negeri 4 Padang Panjang berusia 13-15 tahun, berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar berstatus gizi gemuk.
2. Rata-rata skor tingkat pengetahuan remaja gizi lebih tentang sayur dan buah sebelum penyuluhan gizi masih kurang dan setelah penyuluhan gizi sudah baik.
3. Rata-rata skor sikap remaja gizi lebih tentang sayur dan buah sebelum intervensi masih kurang dan setelah intervensi sudah baik
4. Terdapat perbedaan sikap yang signifikan antara sebelum dan setelah intervensi pada remaja gizi lebih tentang sayur dan buah di SMP Negeri 4 Padang Panjang Tahun 2016.

6.2 Saran

1. Bagi Sekolah agar ada memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan gizi secara rutin kepada remaja gizi lebih agar lebih meningkatkan pengetahuan gizi lebih, melalui media yang efektif misalnya *booklet* yang telah terbukti dapat meningkatan pengetahuan remaja.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan intervensi dengan metode yang lebih dikembangkan dan lebih kreatif agar siswa lebih antusias pada saat intervensi, seperti menggunakan media audiovisual,permainan, dll