

## BAB 6 : PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

1. Rerata skor pengetahuan remaja pada kelompok intervensi sesudah edukasi 14,74 lebih tinggi dibandingkan sebelum edukasi 10,63 dan kelompok kontrol nilai *pretest* lebih tinggi yaitu 8,40 dibandingkan nilai *posttest* yaitu 8,09.
2. Rerata skor sikap responden remaja pada kelompok intervensi sesudah edukasi 42,89 lebih tinggi dibandingkan sebelum edukasi yaitu 32,46 dan kelompok kontrol nilai sikap *pretest* 31,20 lebih tinggi di bandingkan sengan nilai *posttest* yaitu 30,74.
3. Rerata skor tindakan responden remaja pada kelompok intervensi sesudah edukasi 12,51 lebih tinggi dibandingkan sebelum edukasi yaitu 8,74 dan kelompok kontrol nilai sikap *pretest* 8,26 lebih tinggi di bandingkan sengan nilai *posttest* yaitu 7,86
4. Terdapat perbedaan rerata skor pengetahuan remaja sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dengan selisih skor 4,11 dan kelompok kontrol dengan selisih skor 0,31 dimana kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.
5. Terdapat perbedaan rerata skor sikap remaja sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dengan selisih skor 10,43 dan kelompok kontrol dengan selisih skor 0,46 dimana kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

6. Terdapat perbedaan rerata skor tindakan remaja sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dengan selisih skor 3,77 dan kelompok kontrol dengan selisih skor 0,40 dimana kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.
7. Terdapat perbedaan pengetahuan remaja antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* 0,001
8. Terdapat perbedaan sikap remaja antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* 0,001
9. Terdapat perbedaan tindakan remaja antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan *p-value* 0,001
10. Hasil uji keefektivitasan metode *Problem Based Learning* pada variabel pengetahuan, sikap dan tindakan yaitu kategori sedang ( $0,3 \leq g \leq 0,7$ )

## 6.2 Saran

### 1. Bagi Pihak Sekolah

Disarankan kepada pihak sekolah agar memberikan yang lebih banyak terkait materi gizi dan kesehatan yang bisa dilakukan melalui matapelajaran biologi atau matapelajaran lainnya yang bisa dikaitkan dengan obesitas dan memberikan edukasi menggunakan metode *Problem Based Learning*. Pihak sekolah bisa juga melibatkan beberapa bidang seperti salah satunya Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dimana UKS bisa mengontrol bagaimana perilaku siswa agar terhindar dari obesitas

## 2. Bagi Remaja

Diharapkan kepada remaja agar meningkatkan pengetahuan mengenai manfaat sarapan pagi, kebutuhan dan anjuran lemak yang dibutuhkan dalam sehari. Selain itu diharapkan remaja agar meningkatkan sikap mengenai bahan penukar satu porsi nasi, anjuran minum air putih dalam sehari, dan pesan umum gizi seimbang. Selain itu diharapkan remaja overweight dan obesitas agar meningkatkan tindakan mengenai memantau berat badan rutin 1 kali dalam 1 bulan dan melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga 30 menit per hari minimal 3-5 hari/minggu.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan peneliti selanjutnya, metode *Problem Based Learning* ini dapat dikembangkan lagi menjadi metode yang lebih menarik dan memodifikasi pertanyaan sehingga pertanyaan yang dimunculkan lebih beragam dan hasil informasi yang didapatkan lebih banyak. Untuk pengambilan sampel agar disetarakan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Serta melibatkan beberapa guru matapelajaran yang memberikan edukasi obesitas ini kepada siswa disekolah seperti matapelajaran olahraga atau biologi.