

## BAB 6 : PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

1. Responden pada penelitian ini berusia 16 sampai dengan 18 tahun yang terdiri dari kelas X dan kelas XI. Selain itu sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki.
2. Diketahui sebagian besar responden pada kelompok intervensi memiliki tingkat pengetahuan kategori baik setelah edukasi. Namun pada kelompok kontrol sebagian besar masih memiliki tingkat pengetahuan kurang setelah edukasi.
3. Terdapat perbedaan pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur sebelum dan sesudah edukasi baik pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol
4. Tidak terdapat perbedaan pengetahuan remaja mengenai konsumsi buah dan sayur antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

### 6.2 Saran

#### 1. Bagi Sekolah

Disarankan pihak sekolah dapat bekerjasama dengan guru, serta anggota yang terlibat dalam Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dalam memberikan edukasi penyuluhan dengan media buku saku mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur

#### 2. Bagi Remaja

Disarankan bagi remaja dapat meningkatkan pengetahuannya mengenai anjuran konsumsi buah dan sayur dalam sehari dan dampak kekurangan konsumsi buah

dan sayur sehari sehingga dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur sebagai upaya pencegahan berbagai penyakit degeneratif.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Disarankan untuk peneliti selanjutnya dapat menambah lama waktu intervensi agar dapat meningkatkan rata-rata pengetahuan dengan edukasi buku saku secara signifikan.
- 2) Disarankan penelitian selanjutnya memberikan rentang waktu minimal satu hari untuk memberikan *post-test* setelah edukasi, agar kenaikan skor pengetahuan tidak berpengaruh signifikan pada kelompok kontrol
- 3) Disarankan peneliti selanjutnya dapat menambah variabel penelitian seperti sikap dan tindakan agar dapat melihat perubahan perilaku responden mengenai konsumsi buah dan sayur setelah edukasi menggunakan buku saku.

