

## **BAB 6 : Kesimpulan dan Saran**

### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan tentang pengaruh konseling gizi dengan media lembar balik terhadap perubahan pengetahuan dan praktik gizi seimbang sebagai upaya pencegahan kekurangan energi kronik pada calon pengantin wanita di Kantor Urusan Agama (KUA) Lubuk Sikaping 2020, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Seluruh responden calon pengantin wanita pada saat penelitian yaitu berumur 19-29 tahun, berpendidikan beragam dari SMP hingga Perguruan tinggi dan juga pekerjaan yang beragam.
2. Terjadi peningkatan pengetahuan setiap kali diberikan konseling gizi menggunakan media lembar balik.
3. Adanya pengaruh konseling gizi menggunakan media lembar balik. asupan energi dan karbohidrat sebelum dan sesudah.
4. Tidak terdapat pengaruh konseling menggunakan media lembar balik pada asupan protein dan asupan sebelum dan sesudah.

### **5.2 Saran**

1. Bagi Kantor Urusan Agama  
Diharapkan petugas dapat memberikan informasi atau penyuluhan kepada calon pengantin terkait materi kesehatan dan gizi yang dapat membantucalon pengantin tanggan akan informasi kesehatan.
2. Bagi Puskesmas dan Dinas Kesehatan  
Diharapkan petugas kesehatan bekerjasama dengan institusi agama yaitu KUA, dengan melakukan pelatihan mengenai gizi pranikah

kepada penasehat calon pengantin di KUA atau dengan didatangkannya utusan dari institusi kesehatan agar memberikan pendidikan kesehatan tentang gizi pranikah terutama mengenai kekurangan energi kronik kepada calon pengantin.

3. bagi peneliti lainnya agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait materi dengan pengembangan dan memodifikasi media yang digunakan dalam penyampaian materi.

