

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan skor rata-rata pengetahuan tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media video pada kelompok intervensi dan tidak ada peningkatan skor rata-rata pada kelompok kontrol.
2. Terdapat peningkatan skor rata-rata sikap terhadap gizi seimbang sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan menggunakan media video pada kelompok intervensi dan penurunan skor rata-rata pada kelompok kontrol.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan skor rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.
4. Terdapat perbedaan yang signifikan skor rata-rata sikap sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada perbedaan skor rata-rata sikap sebelum dan sesudah intervensi.
5. Terdapat perbedaan perubahan pengetahuan dan sikap remaja tentang gizi seimbang sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dan kontrol.

6.2 Saran

1. Bagi Sekolah
 - a. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan sekolah dapat menyebarluaskan informasi mengenai gizi seimbang baik menggunakan media video atau media lainya pada seluruh siswa melalui koordinasi dengan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) yang ada di

sekolah atau instansi kesehatan lainya sebagai sarana edukasi gizi untuk seluruh siswa.

- b. Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa siswa memiliki pengetahuan rendah tentang konsumsi garam sehari hari, oleh karena itu diharapkan pihak sekolah dapat melakukan edukasi mengenai konsumsi garam sehari hari kepada seluruh siswa.

2. Bagi Siswa

Diharapkan setelah mendapatkan edukasi gizi seimbang ini siswa dapat membagikan informasi kepada siswa lainnya dan dapat menerapkan perilaku gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dilanjutkan dan dikembangkan dengan melakukan penelitian tentang perilaku gizi seimbang dengan waktu yang lebih lama dan di sertai dengan observasi.

