

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Penelitian dilakukan pada 55 siswa-siswi laki-laki (26 orang atau 47,3%) dan perempuan (29 orang atau 52,7%) yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 29 orang pada kelompok video animasi dan 26 orang pada kelompok poster. Usia responden pada kedua kelompok sebagian besar adalah 16 tahun (21 orang atau 38,2%). Suku Sunda merupakan suku terbanyak pada penelitian ini sejumlah 39 orang (70,9%) dengan mayoritas agama Islam sebanyak 54 orang (98,2%). Rata-rata orang tua pada kelompok video animasi dan poster berurutan yaitu ayah 47,93 tahun dan 50 tahun serta ibu 44,41 tahun dan 46,42 tahun. Pendidikan terakhir orang tua yaitu ayah dan ibu pada kedua kelompok sebagian besar adalah Diploma/Sarjana Tinggi dengan persentase 67,3%. Selain itu, ayah responden mayoritas bekerja sebagai wiraswasta (36,4%) dan ibu responden sebagai ibu rumah tangga (56,4%). Sebagian besar responden sudah pernah mendengar istilah *body image* (36 orang atau 65,5%), namun belum pernah mendapatkan edukasi gizi yang membahas *body image* (40 orang atau 72,7%).
- b. Gambaran tingkat pengetahuan sebelum edukasi gizi menggunakan video animasi yaitu terdapat 1 orang (3,4%) memiliki pengetahuan sedang dan 28 orang (96,6%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah mendapatkan edukasi gizi, terdapat 4 orang (13,8%) dengan pengetahuan baik, 11 orang (37,9%) memiliki pengetahuan sedang, dan 14 orang (48,3%) memiliki pengetahuan kurang. Sedangkan, pada kelompok poster sebelum mendapatkan edukasi gizi terdapat 7 orang (26,9%) dengan kategori sedang dan 19 orang (73,1%) dengan kategori pengetahuan kurang.

Setelah mendapatkan edukasi gizi, terdapat 1 orang (3,8%) dengan pengetahuan baik, 16 orang (61,5%) dengan kategori pengetahuan sedang, dan 9 orang (34,6%) dengan kategori pengetahuan kurang.

- c. Rata-rata persepsi *body image* dengan FRS sebelum dan sesudah edukasi gizi adalah -0,59 menjadi -0,55 di kelompok video animasi dan -0,27 menjadi -0,50 di kelompok poster. Rata-rata persepsi *body image* dengan BSQ-16 sebelum dan sesudah edukasi gizi adalah 42,97 menjadi 43,48 di kelompok video animasi dan 41,00 menjadi 39,50 di kelompok poster. Rata-rata sebelum edukasi gizi dengan video animasi terhadap pengetahuan *body image* sebesar 39,14 dan dengan poster sebesar 45,96. Rata-rata sesudah edukasi gizi dengan video animasi sebesar 62,07 dan dengan poster sebesar 64,81. Hal ini menunjukkan bahwa ada kecenderungan yang sama sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi pada persepsi *body image*, namun ada kecenderungan rata-rata yang lebih tinggi pada pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi dan media poster.
- d. Tidak adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan video animasi dan poster terhadap persepsi *body image* dengan FRS dan BSQ ($P > 0,005$). Adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi baik dengan media video animasi maupun media poster terhadap pengetahuan *body image* ($P = 0,000 < 0,005$).
- e. Tidak ada media yang lebih efektif dibandingkan media lainnya terhadap persepsi *body image* menggunakan FRS dan BSQ dan pengetahuan *body image* dengan kuesioner pengetahuan sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi menggunakan video animasi dan poster ($P > 0,05$).

V.2 Saran

Adapun saran-saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini adalah:

- a. Bagi Responden

Mengimplementasikan materi yang sudah diberikan oleh peneliti melalui media video animasi dan poster di kehidupan sehari-hari sesuai prinsip

gizi seperti yang ada di pilar pedoman gizi seimbang dan membiasakan diri untuk berpikir kritis mencari informasi yang benar agar tidak terhindar dari pengaruh negatif dari teman sebaya, media sosial, dan pengaruh lainnya. Mengembangkan pola pikir agar dapat membenarkan persepsi yang salah terhadap *body image* dan nyaman dengan tubuhnya sendiri.

b. Bagi Sekolah

SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung gencar memberikan edukasi gizi terkait *body image* dan pilar pedoman gizi seimbang dengan media yang menarik dan interaktif untuk menumbuhkan semangat dan meluruskan persepsi yang salah terhadap *body image*. SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung sangat disarankan untuk memantau kesehatan siswa-siswi terutama yang berkaitan dengan status gizi dengan mengaktifkan kegiatan di UKS.

c. Bagi Peneliti Lain

Tidak membedakan durasi atau jangka waktu pemberian intervensi antara dua media yang digunakan pada penelitian untuk menyamakan perlakuan yang diberikan. Sebaiknya diberikan edukasi gizi selama beberapa hari berturut-turut atau rutin dilakukan tiap minggu dan menanyakan komitmen responden untuk berpartisipasi dengan sungguh-sungguh agar dapat mengubah persepsi *body image* baik dengan video animasi maupun poster. Peneliti dapat mengembangkan media selain berupa video animasi dan poster untuk memberikan edukasi gizi serupa terkait *body image*. Peneliti dapat menggunakan salah satu metode pengukuran *body image* yang digunakan pada penelitian ini atau menggunakan metode lain yang valid untuk digunakan. Peneliti juga dapat menerapkan penelitian serupa ke kelompok remaja perempuan saja untuk melihat persepsi dan tingkat pengetahuan yang lebih spesifik.