

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

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

- a. Gambaran karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar berusia 16 tahun. Responden berusia 15 tahun 7 orang (14%), 16 tahun 33 orang (66%) dan 17 tahun 10 orang (20%). Responden laki-laki 18 orang (36%) dan perempuan 32 orang (64%). Pendidikan ayah responden yang SD yaitu 1 orang (2%), SMP yaitu 2 orang (4%), SMA yaitu 35 orang (70%), S1 yaitu 9 (18%) dan S2 yaitu 3 orang (6%). Sedangkan pendidikan ibu responden yang SD yaitu 1 orang (2%), SMP yaitu 2 orang (4%), SMA yaitu 40 orang (80%) dan S1 yaitu 7 (14%).
- b. Tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi gizi, 2 orang (4%) berpengetahuan tinggi dan 48 orang (96%) berpengetahuan rendah. Sedangkan tingkat sikap responden sebelum diberikan edukasi gizi, sikap responden kategori baik sebanyak 37 orang (74%) dan sikap responden kategori sedang sebanyak 13 orang (26%).
- c. Tingkat pengetahuan responden sesudah diberikan edukasi gizi, 38 orang (76%) berpengetahuan tinggi dan yang 12 orang (24%) berpengetahuan rendah. Sedangkan tingkat sikap responden sebelum diberikan edukasi gizi, 49 orang (98%) bersikap baik dan sebanyak 1 orang (2%) bersikap sedang.

- d. Pada penelitian ini nilai median pengetahuan *pre-test* 60 dan *post test* menjadi 85. Sedangkan nilai median sikap saat *pre-test* 8 menjadi 10 saat *post-test*.
- e. Ada pengaruh modul edukasi gizi teman sebaya terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang obesitas pada siswa SMA Negeri 5 Depok.

V.2 Saran

Adapun saran-saran yang diberikan berdasarkan penelitian ini:

- a. Kepada Sekolah

Diharapkan dapat membuat program yang berkaitan dengan pendidikan kesehatan khususnya gizi remaja. Program tersebut diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan mengenai gizi.

- b. Kepada Responden

Diharapkan informasi gizi yang telah diberikan sebelumnya dapat bermanfaat dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Seperti mengatur pola makan, makan makanan bergizi seimbang, membatasi makanan manis dan berlemak serta meningkatkan aktivitas fisik agar meminimalisir resiko obesitas.

- c. Kepada Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian intervensi menggunakan modul yang telah disusun pada penelitian ini tanpa edukator sebaya dan diharapkan dapat melakukan penelitian dengan grup pembanding.