

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada penelitian ini, sehingga dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Pada penelitian ini diketahui usia responden adalah 15-18 tahun. Usia responden adalah 16 tahun dengan jumlah total 29 orang (55,8%). Jenis kelamin dominan adalah perempuan dengan jumlah 29 orang (55,8%). Pendidikan terakhir ayah dan ibu mayoritas adalah tamatan SMA/SMK sebanyak 30 orang (57,7%). Pekerjaan Ayah rata-rata adalah sebagai Wirausaha/Pedagang/Pengusaha sejumlah 20 orang (38,5%), sedangkan 76,9% mayoritas ibu tidak bekerja/ibu rumah tangga. Penghasilan Ayah >Rp 1.800.000 sejumlah 30 orang (57,7%) dan 63,5% ibu tidak berpenghasilan.
- b. Pada penelitian ini, terdapat pertanyaan mengenai pengetahuan dan pengalaman tentang topik penelitian. Berdasarkan hasil penelitian bahwa mayoritas belum pernah mendapatkan paparan mengenai gizi seimbang sejumlah 32 orang (61,5%). Selain itu, mengenai sumber media apa yang responden mendengar mengenai informasi gizi seimbang mayoritas adalah melalui internet/media sosial sejumlah 13 orang (65,0%).
- c. Pada penelitian ini, terdapat perbedaan pengetahuan gizi seimbang pada anak remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media poster dan video dengan hasil p value 0,000 (<0,05). Terdapat peningkatan kategori pengetahuan anak remaja dari kategori kurang menjadi kategori baik sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi dengan media video.
- d. Pada penelitian ini, terdapat perbedaan efektivitas edukasi gizi dengan media poster dan video sebagai media untuk meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada anak remaja dengan hasil p value 0,003 (<0,05). Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dengan media video lebih efektif dibandingkan dengan media poster untuk meningkatkan

pengetahuan gizi seimbang pada sasaran anak remaja kelas X dan XI di SMAN 19 Bekasi.

## **V.2 Saran**

### **a. Bagi Responden**

Diharapkan bagi responden, dengan bertambahnya pengetahuan mengenai pedoman gizi seimbang, responden dapat memilih makanan yang sehat, bergizi, dan dapat menerapkannya ke dalam kehidupan sehari-hari.

### **b. Bagi Sekolah**

Diharapkan dapat melakukan kerja sama dengan dinas kesehatan dan sekolah untuk dapat memberikan penyuluhan ataupun promosi kesehatan tentang gizi seimbang, khususnya mengenai 10 pesan gizi seimbang, yang dapat dilakukan secara berkala kepada seluruh siswa di sekolah untuk menambah pengetahuan siswa-siswi.

### **c. Bagi Peneliti Lain**

Peneliti berharap penelitian ini dapat dijadikan sumber ataupun acuan dalam penggunaan media video dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang.