

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang dilakukan pada siswa kelas XI SMA Kasih Depok, maka diperoleh kesimpulan:

- a. Responden sebagian besar berusia 17 tahun dan berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata uang saku >Rp12,666,- /hari.
- b. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan melalui metode ceramah dan *Instagram*.
- c. Ada pengaruh pengetahuan sesudah diberikan promosi kesehatan mengenai bekal menu seimbang melalui *Instagram*.
- d. Ada pengaruh pengetahuan sesudah diberikan promosi kesehatan mengenai bekal menu seimbang dengan metode ceramah.
- e. Promosi kesehatan dengan metode ceramah lebih efektif dibandingkan melalui *Instagram*.

V.2 Saran

- a. Bagi siswa SMA Kasih Depok, diharapkan dapat mengimplementasikan pengetahuan tentang bekal menu seimbang untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari baik di lingkungan sekolah, maupun di lingkungan luar rumah lainnya.
- b. Bagi guru-guru SMA Kasih Depok, diharapkan dapat membantu siswa untuk memberikan pengarahan lebih lanjut dalam proses implementasi bekal menu seimbang seperti kegiatan pekan bekal menu seimbang satu bulan sekali serta memberikan contoh kepada seluruh siswa dengan membawa bekal menu seimbang ke sekolah. Diharapkan dapat mengikutsertakan Kelas X dan XII dalam kegiatan implementasi membawa bekal menu seimbang ke sekolah.

- c. Bagi peneliti selanjutnya, dalam melakukan studi pendahuluan sebaiknya menanyakan pihak sekolah mengenai ada atau tidak mata ajar maupun kegiatan yang berhubungan dengan pendidikan gizi seimbang untuk remaja. Selain itu diharapkan peneliti selanjutnya dapat mempersiapkan strategi perlakuan dengan sebaik-baiknya, serta melibatkan tingkat kelas lainnya, bila memungkinkan dapat melakukan perbandingan dengan melibatkan sekolah lain.

