

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### V.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian “Perbedaan Penggunaan Media Pendidikan Terhadap Pengetahuan dan Kebiasaan Sarapan Pada Remaja Dalam Sarapan di SMP Kota Depok” antara lain sebagai berikut.

- a. Responden dalam penelitian ini adalah siswa-siswi sekolah menengah pertama kelas delapan dari tiga sekolah di Kota Depok. Sebagian besar berumur  $>13$  tahun yaitu sebanyak 67 responden (62.2%) sedangkan yang berumur  $\leq 13$  tahun sebanyak 39 responden (37.4%).
- b. Responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 47 responden (43.8%) sedangkan berjenis kelamin perempuan sebanyak 59 responden (56.2%).
- c. Rata-rata skor pengetahuan meningkat setelah intervensi mengenai sarapan. rata-rata skor sebelum intervensi yaitu 88.83 menjadi 92.17 setelah intervensi.
- d. Rata-rata kebiasaan sarapan mengalami peningkatan sebelum intervensi yaitu 34.47 dan setelah intervensi 35.88.
- e. Ketertarikan media dengan penggunaan media yang digunakan dalam intervensi tertinggi yaitu pada media *power point* dan komik sebanyak 47 responden (94%) dan ketertarikan terendah pada media *power point* dan leaflet sebanyak 18 responden (90%).
- f. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah intervensi  $p(<0.05)$ . Terdapat perbedaan yang signifikan antara penggunaan media pendidikan dengan pengetahuan sarapan sebelum dan setelah intervensi  $p(<0,05)$ .
- g. Peningkatan kebiasaan sarapan tertinggi yaitu pada penggunaan media *power point* dan komik sebelum intervensi sebanyak 22 responden (68.8%) sedangkan setelah intervensi mengalami peningkatan sebanyak 29 responden

(90.6%) dan kebiasaan sarapan terendah yaitu pada kelompok yang menggunakan media *power point* sebelum intervensi sebanyak 19 responden (48.7%) sedangkan setelah intervensi sebanyak 29 responden intervensi.

## V.2 Saran

### a. Bagi Siswa

Diharapkan setelah dilakukan intervensi siswa dapat memperbaiki pengetahuan dan kebiasaan mengenai sarapan dengan dukungan orangtua.

### b. Bagi Sekolah

Memberikan edukasi mengenai sarapan yang baik dengan media yang menarik kepada seluruh siswa ketika proses belajar mengajar berlangsung dengan melibatkan guru sekolah.

### c. Bagi Peneliti Lain

Melakukan penelitian lanjutan dengan menggunakan alat bantu media *power point*, leaflet dan komik serta melihat pengaruhnya terhadap pengetahuan dan kebiasaan sarapan di tempat penelitian sekolah negeri dan sekolah swasta dengan variabel lain seperti sikap dan perilaku.

