

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berlandaskan pengolahan pada perolehan data penelitian yang didapatkan serta dilakukan analisis pengujian yang dilakukan mengenai edukasi menggunakan *podcast* dan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai gizi lebih pada remaja di SMPN 11 Jakarta dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan *podcast* dan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan mengenai gizi lebih remaja di SMPN 11 Jakarta.
- b. Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan *podcast* dan *leaflet* terhadap peningkatan sikap mengenai gizi lebih remaja di SMPN 11 Jakarta.
- c. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan dengan perolehan nilai rata-rata 83,30 dan sikap dengan perolehan nilai rata-rata 32,43 mengenai status gizi lebih pada remaja lebih efektif dibandingkan dengan media *podcast*.

V.2 Saran

Terdapat beberapa saran berikut dapat diberikan menurut dengan kesimpulan yang tertera pada pemaparan di atas yaitu :

- a. Dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai edukasi menggunakan media *leaflet* dan *podcast*.
- b. Menggunakan lokasi penelitian yang kooperatif.
- c. Membuat desain media yang lebih menarik.