

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang dilakukan pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat Jakarta Selatan, maka diperoleh kesimpulan :

- a. Responden dengan usia paling banyak yaitu 11 tahun (79,7%), responden dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak yaitu berjumlah 40 orang (50,6%) dan perempuan 39 orang (49,4%), responden dengan urutan kelahiran ke-1 dan ke-2 masing-masing berjumlah 33 orang (41,8%), responden yang berasal dari kelas V-A berjumlah 39 orang (49,4%) dan V-B 40 orang (50,6%).
- b. Pengetahuan responden sebelum penyuluhan sebagian besar kurang (59,5%) dan tidak ada yang mencapai pengetahuan baik. Setelah penyuluhan sebagian besar meningkat menjadi cukup 65,8% dan responden yang mencapai pengetahuan baik 24,1%
- c. Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat Jakarta (*p-value* 0,000 dan *Z-score* -7,609)
- d. Ada pengaruh pengetahuan sesudah dilakukannya penyuluhan kesehatan mengenai pilar pedoman gizi seimbang pada siswa kelas V SDN 07 Cilandak Barat Jakarta (*p-value* 0,000<0,05)

V.2 Saran

- a. Bagi siswa SDN 07 Cilandak Barat, dengan bertambahnya pengetahuan mengenai pedoman gizi seimbang diharapkan sedari dini dapat mengimplementasikan pengetahuan tersebut paling tidak dari hal yang paling kecil secara baik dan benar, baik di lingkungan sekolah, rumah, dan masyarakat.
- b. Bagi guru-guru SDN 07 Cilandak Barat, dapat membantu siswa-siswi untuk memberikan pengarahan lebih lanjut dalam proses implementasi

pedoman gizi seimbang, seperti cara mengukur indeks massa tubuh, selalu mengingatkan dan menjalani mencuci tangan yang baik dan benar, melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit/hari di kelas sebelum dimulai proses belajar, selalu mengajarkan bahwa sarapan itu penting dan lebih baik daripada jajan di sekolah.

- c. Bagi kelas-kelas lainnya yaitu kelas I-IV diharapkan dapat diikutsertakan juga dalam promosi kesehatan mengenai gizi seimbang, tentunya dengan bantuan media dan alat peraga yang dapat menyesuaikan dengan usia masing-masing siswa agar lebih menarik
- d. Bagi peneliti selanjutnya, penambahan responden disarankan kepada peneliti selanjutnya, bila memungkinkan dapat dari sekolah lain sebagai pembandingan.

