

BAB V

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

5.1. Kesimpulan

1. Rerata nilai pengetahuan remaja sebelum diberikan edukasi melalui media cakram yaitu 49,99 untuk rerata terendah dan 68,30 untuk rerata tertinggi.
2. Rerata nilai pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi melalui media cakram yaitu 62,12 untuk rerata terendah dan 83 untuk rerata tertinggi dengan kenaikan terendah sebesar 6,3%.
3. Terdapat pengaruh edukasi melalui media cakram terhadap pengetahuan remaja dengan nilai $P < 0,05$ (α 5%).

5.2. Rekomendasi

1. Edukasi mengenai Germas pada remaja perlu ditingkatkan, agar mendorong remaja untuk menerapkan perilaku aktifitas fisik, konsumsi buah dan sayur, serta tidak merokok tersebut dalam kehidupan sehari-hari.
2. Edukasi melalui media cakram dapat mempermudah remaja memahami pesan germas (aktifitas fisik, konsumsi buah dan sayur, serta tidak merokok) yang disampaikan.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat menjadi data dasar yang dapat mendukung penelitian. Diperlukan penelitian lanjutan dengan tahapan yang lengkap untuk memperkuat hasil penelitian mengenai pengaruh

media cakram terhadap pengetahuan remaja tentang gerakan masyarakat hidup sehat.