

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata usia remaja terbesar pada usia 16 tahun sebesar 56.52% (n=13).
2. Ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap perubahan pengetahuan menggunakan media video. Dengan nilai $p = 0.000$
3. Ada pengaruh penyuluhan gizi terhadap perubahan sikap menggunakan media video. Dengan nilai $p = 0.000$

7.2 Saran

1. Penyuluhan gizi seimbang pada remaja diharapkan dapat mengurangi dan mencegah masalah gizi pada remaja. Penyuluhan gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap.
2. Pada penelitian selanjutnya diharapkan untuk dapat menyempurnakan penyuluhan gizi dengan lebih menarik lagi, dan melihat faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan maupun sikap pada remaja.
3. Kegiatan UKS di sekolah diaktifkan kembali serta menjalin kerjasama dengan kampus kesehatan secara berkala sehingga secara rutin siswa memperoleh informasi mengenai kesehatan.