BAB VII
SIMPULAN DAN SARAN

7.1. Simpulan

1. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 32 orang dengan mayoritas berumur 26 – 35 tahun dengan pendidikan terakhir SMP dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT)
2. Skor pengetahuan gizi seimbang terendah terdapat pada kelompok intervensi pada saat *pretest* yaitu 37,5. Sedangkan skor tertinggi terdapat pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada saat *pretest* dan *postest* yaitu sebesar 100.
3. Skor sikap gizi seimbang terendah terdapat pada kelompok intervensi saat *pretest* yaitu sebesar 215. Sedangkan skor tertinggi terdapat pada kelompok intervensi saat *postest* yaitu sebesar 290.
4. Terdapat perubahan peningkatan pengetahuan nilai rata – rata *pretest* dan *postest* pada kelompok intervensi (p = 0,000) dan kelompok kontrol (p = 0,001)
5. Terdapat perubahan peningkatan sikap nilai rata – rata *pretest* dan *postest* pada kelompok intervensi (p = 0,005) dan kelompok kontrol (p = 0,000)
6. Tidak terdapat perbedaan peningkatan rata-rata pengetahuan gizi seimbang antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol (p = 0,783).
7. Tidak terdapat perbedaan peningkatan rata-rata sikap gizi seimbang antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol (p = 0,937).

7.2. Saran

1. Bagi sampel dapat menerapkan pengetahuan dan sikap gizi seimbang dalam kehidupan sehari – hari agar menjaga status gizi balita tetap normal serta diharapkan untuk mengisi kuesioner sesuai dengan kemampuan pengetahuan dan sikap gizi seimbang yang dimiliki sehingga hasil pengisian kuesioner tetap optimal
2. Bagi pihak posyandu dan puskesmas setempat untuk melakukan penyuluhan gizi seimbang secara rutin sehingga dapat mencegah kurangnya pengetahuan dan sikap gizi seimbang pada ibu balita.
3. Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya perlu melakukan uji validitas dan reliabilitas lebih dari satu kali sehingga kuesioner yang digunakan lebih baik dan dapat dimengerti oleh sampel, serta perlu meneliti terkait efektivitas penggunaan media leaflet yang dibandingkan dengan media penyuluhan lainnya agar dapat mengetahui tingkat efektivitas media penyuluhan untuk ibu balita.