# BAB VII

# SIMPULAN DAN SARAN

## 7.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan pembahasan yang telah diutarakan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok *leaflet* yaitu 55,06 dan sesudah perlakuan 95,78
2. Rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok *power point* yaitu 52,89 dan sesudah perlakuan 86,61
3. Rata-rata skor sikap gizi seimbang sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok *leaflet* yaitu 34,61 dan sesudah perlakuan 45,06
4. Rata-rata skor sikap gizi seimbang sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok *power point* yaitu 32,28 dan sesudah perlakuan 43,22
5. Rata-rata skor perbedaan peningkatan skor pengetahuan kelompok *leaflet* yaitu 40,72 dan kelompok *power point* yaitu 33,72
6. Rata-rata skor perbedaan peningkatan skor sikap kelompok leaflet yaitu 10,44 dan kelompok power point yaitu 10,94
7. Ada pengaruh sebelum dan sesudah pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* dan *power point* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja
8. Ada pengaruh sebelum dan sesudah pendidikan gizi menggunakan media *leaflet* dan *power point* terhadap peningkatan sikap gizi seimbang pada remaja
9. Peningkatan pengetahuan lebih tinggi menggunakan media leaflet dan peningkatan sikap lebih tinggi menggunakan media power point

## 7.2 Saran

1. Disarankan untuk menumbuhkan budaya hidup sehat sejak dini dengan lebih mengaktifkan kegiatan UKS. Ada baiknya jika pihak sekolah bekerja sama dengan pihak kesehatan untuk melakukan penyuluhan kesehatan.
2. Bagi peneliti lanjutan diharapkan untuk dapat meneliti tidak hanya mengetahui perubahan pada pengetahuan dan sikap saja akan tetapi meneliti pada perubahan perilaku juga.