BAB VII
SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

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

1. Rata – rata skor pengetahuan gizi seimbang sebelum dilakukan intervensi pengetahuan gizi seimbang yaitu 56,00 dan sesudah perlakuan pada mid meningkat menjadi 84,00. Dan dari mid hingga intervensi akhir meningkat menjadi 90,00. Untuk peningkatan sebelum dan setelah intervensi akhir meningkat menjadi 90,00.
2. Rata – rata skor sikap gizi seimbang sebelum dilakukan intervensi pengetahuan gizi seimbang yaitu 65,66 dan saat mid meningkat menjadi 78,8 dan pada akhir intervensi dari sebelum intervensi meningkat menjadi 79,60.
3. Terdapat perbedaan rata-rata skor pengetahuan gizi seimbang pada remaja putri gizi kurang di SMPN 3 Cimahi sebelum dan sesudah intervensi gizi menggunakan metode penyuluhan gizi seimbang ‘Isi Piringku’ dengan media *food sample* dan *Power Point.*
4. Terdapat perbedaan rata-rata terhadap skor sikap gizi seimbang pada remaja putri gizi kurang di SMPN 3 Cimahi sebelum dan sesudah intervensi gizi menggunakan metode penyuluhan gizi seimbang ‘Isi Piringku’ dengan media *food sample* dan *Power Point.*
5. Ada pengaruh intervensi gizi menggunakan metode penyuluhan gizi seimbang ‘Isi Piringku’ dengan media *food sample* dan *Power Point* terhadap peningkatan pengetahuan gizi seimbang pada remaja putri gizi kurang di SMPN 3 Cimahi dilihat dari nilai p antara sebelum dan setelah intervensi p=0,000
6. Ada pengaruh intervensi gizi menggunakan metode penyuluhan gizi seimbang ‘Isi Piringku’ dengan media *food sample* dan *Power Point* terhadap peningkatan sikap gizi seimbang pada remaja putri gizi kurang di SMPN 3 Cimahi dilihat dari nilai p antara sebelum dan setelah intervensi p=0,000

7.2 Saran

1. Dengan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang setelah dilakukan pendidikan kesehatan gizi menggunakan media *Food Sample*

dan *Power Point* ‘Isi Piringku’, disarankan agar peneliti memberikan media seperti poster atau leaflet ‘Isi pringku’ pada pihak sekolah untuk dapat digunakan sebagai media pendidikan gizi seimbang.

2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat menelti tidak hanya mengetahui perubahan pada pengetahuan dan sikap saja, akan tetapi meneliti pada perubahan perilaku terkait penerapan gizi seimbang hingga menerapkan dan memilih porsi sesuai ‘Isi Piringku’.