

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Ada peningkatan rerata skor pengetahuan konsumsi buah dan sayur sesudah edukasi dengan menggunakan media video.
2. Ada peningkatan rerata skor sikap konsumsi buah dan sayur sesudah edukasi dengan menggunakan media video.
3. Ada peningkatan rerata skor perilaku konsumsi buah dan sayur sesudah edukasi menggunakan media video.

#### **B. Saran**

1. Bagi Mahasiswa

Sebaiknya perlu dilakukan edukasi mengenai konsumsi buah dan sayur dengan menggunakan video bagi mahasiswa dan diharapkan mampu menerapkan konsumsi buah dan sayur yang dianjurkan pada pedoman gizi seimbang.

2. Bagi peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti berikutnya terkait dengan penelitian mengenai media edukasi.