

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Ada perbedaan skor pengetahuan prinsip 3 J (Jenis, Jumlah, Jadwal) sebelum dan sesudah konseling dengan media *Traffic Light Card* sebesar 15.96
2. Ada perbedaan skor pengetahuan prinsip 3 J (Jenis, Jumlah, Jadwal) sebelum dan sesudah konseling tanpa *Traffic Light Card* sebesar 13.44
2. Ada Pengaruh secara signifikan untuk peningkatan pengetahuan pada kelompok yang diberi *Traffic Light Card* (kelompok perlakuan) (p -value = 0.000).

B. SARAN

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya terutama terkait dengan media konseling di bidang gizi.
2. Diharapkan media *Traffic Light Card* Prinsip 3 J dapat digunakan sebagai salah satu media konseling
3. Pertanyaan tentang jadwal dan jumlah masih banyak salah dijawab oleh responden diharapkan untuk selanjutnya konseling mengenai jadwal dan jumlah lebih ditekankan