

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
2. Terdapat pengaruh penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” terhadap peningkatan sikap remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
3. Tidak terdapat pengaruh penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
4. Terdapat pengaruh penyuluhan dengan media *leaflet* terhadap peningkatan sikap remaja tentang pencegahan obesitas dengan gaya hidup sehat.
5. Penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” lebih efektif dibandingkan dengan *leaflet* terhadap peningkatan pengetahuan remaja.
6. Penyuluhan dengan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” lebih efektif dibandingkan dengan *leaflet* terhadap peningkatan sikap remaja.

B. Saran

1. Bagi pihak sekolah, dapat memanfaatkan media film pendek “Cegah Obesitas dengan CERDIK” sebagai alat atau media promosi kesehatan tentang pencegahan obesitas maupun sebagai bahan pembelajaran.
2. Bagi petugas gizi, dapat melakukan kegiatan promosi gizi tentang pencegahan obesitas dengan menggunakan media film pendek karena lebih efektif daripada *leaflet* untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja.
3. Bagi peneliti selanjutnya, dapat menambah waktu pengambilan data untuk variabel sikap mengenai pencegahan obesitas pada remaja minimal hingga 7 hari sehingga dapat melihat peningkatan sikap lebih baik lagi.