

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pengetahuan mahasiswa tentang gizi seimbang meningkat setelah diberikan edukasi gizi dengan media infografis Pola Makan Remaja (PMR).
2. Pengetahuan mahasiswa tentang gizi seimbang meningkat setelah diberikan edukasi gizi dengan media *leaflet* Pola Makan Remaja (PMR).
3. Sikap mahasiswa tentang gizi seimbang meningkat setelah diberikan edukasi gizi dengan media infografis Pola Makan Remaja (PMR).
4. Sikap mahasiswa tentang gizi seimbang meningkat setelah diberikan edukasi gizi dengan media *leaflet* Pola Makan Remaja (PMR).
5. Edukasi gizi dengan media infografis Pola Makan Remaja (PMR) lebih efektif dibandingkan dengan media *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan gizi seimbang pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
6. Edukasi gizi dengan media infografis Pola Makan Remaja (PMR) dan *leaflet* memiliki tingkat efektifitas yang sama dalam meningkatkan sikap gizi seimbang pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

B. Saran

1. Media infografis Pola Makan Remaja (PMR) dapat digunakan sebagai media edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap gizi seimbang di lingkungan kampus Poltekkes Yogyakarta.
2. Perlu durasi waktu yang lebih lama dalam kegiatan edukasi gizi serta perlunya pemantauan yang dilakukan dengan terus menerus, untuk membentuk sikap pada mahasiswa dengan mencakup ketiga komponen sikap yaitu komponen kognitif, afektif, dan konatif.
3. Ditengah-tengah terjadinya pandemi COVID-19, perlu adanya penyebaran promosi kesehatan yang menarik yaitu dapat menggunakan media infografis guna meningkatkan pemahaman dan sikap masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan. Penyebaran informasi dengan media infografis dapat dilakukan secara online dengan memanfaatkan beberapa media sosial, agar menjangkau sasaran yang lebih luas.