

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik remaja di wilayah Kerja Puskesmas Tegalrejo, yaitu sebagian besar karakteristik umur pada umur >18 tahun, berpendidikan saat ini SMA, pola aktivitas ringan, kondisi nutrisi orang tua tidak mengalami obesitas, dan sumber informasi berasal dari media sosial.
2. Rata-rata pengetahuan remaja putri tentang pencegahan obesitas sebelum diberikan intervensi sebesar 66,29, sedangkan sesudah diberikan intervensi sebesar 88,97 dan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 22,68.
3. Terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri tentang pencegahan obesitas setelah diberikan *e-booklet* Risiko Kehamilan Obesitas dengan nilai *p-value* 0,000.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan diatas, dapat disarankan sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas

E-booklat Risiko Kehamilan Obesitas dapat dijadikan alternatif media pendidikan atau promosi kesehatan tentang pencegahan obesitas dan risiko kehamilan obesitas yang mampu meningkatkan pengetahuan sehingga dapat menurunkan angka obesitas.

2. Bagi Remaja Putri

Remaja putri diharapkan bisa lebih banyak mencari dan membaca mengenai obesitas, sehingga memiliki pengetahuan yang baik untuk mencegah obesitas, yang mana pada era modern digital ini, banyak sumber *e-booklet* yang dapat diperoleh dengan mudah secara *online* diberbagai sumber yang terpercaya.

3. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Pembelajaran dalam institusi pendidikan kesehatan dapat menggunakan media buku elektronik yang menarik seperti *e-booklet* dan referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan pencegahan obesitas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi bahan referensi, sumber informasi dan perbandingan untuk penelitian serupa di daerah yang berbeda serta diharapkan lebih banyak mengkaji sumber maupun referensi sehingga hasil penelitian menjadi lebih akurat.

5. Bagi Pengampu Program Kebidanan di pemerintahan (Puskesmas, Dinas Kesehatan, Rumah Sakit)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh terdapat pengaruh *e-booklet* terhadap peningkatan pengetahuan, diharapkan agar Kepala Puskesmas Tegalrejo membuat kebijakan untuk menambah media *booklet* atau *e-booklet* menjadi salah satu media pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan, sehingga Puskesmas Tegalrejo memiliki lebih banyak

media pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan, khususnya tentang pencegahan obesitas pada remaja putri, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja akan bahaya obesitas, terutama pada kehamilan. Dengan pengetahuan yang baik tentang bahaya obesitas, pencegahan akan lebih optimal dan dapat menurunkan angka obesitas di wilayah kerja Puskesmas Tegalorejo.