

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-booklet* terhadap pengetahuan siswa SMA terkait pencegahan obesitas.
2. Terdapat pengaruh edukasi gizi menggunakan media *e-booklet* terhadap sikap siswa SMA terkait pencegahan obesitas.
3. Edukasi gizi dengan metode ceramah menggunakan media *e-booklet* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan obesitas pada siswa SMA dibandingkan edukasi dengan ceramah tanpa media.
4. Edukasi gizi dengan metode ceramah menggunakan media *e-booklet* dan ceramah tanpa media memiliki efektivitas yang sama dalam meningkatkan sikap mengenai pencegahan obesitas.

B. Saran

1. Bagi SMA Negeri 1 Godean
Sekolah dapat memanfaatkan media *e-booklet* sebagai alat bantu atau media promosi kesehatan secara rutin tentang pencegahan obesitas maupun sebagai bahan pembelajaran.
2. Bagi Siswa SMA
Siswa diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari, terutama terkait penerapan gizi seimbang untuk pencegahan obesitas. Siswa juga dapat memanfaatkan *e-booklet* sebagai sumber belajar mandiri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan *need assessment* sebelum pelaksanaan intervensi guna menyesuaikan materi edukasi dengan kebutuhan siswa secara spesifik. Penelitian juga dapat dikembangkan dengan menggunakan metode pembelajaran lain atau perbandingan antar media edukasi lainnya.