

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan kanker payudara pada remaja putri sekolah menengah atas setelah penyuluhan dengan menggunakan media *E-Traffic Light Card* ($p=0,000$).
2. Terdapat Peningkatan sikap tentang pencegahan kanker payudara pada remaja putri sekolah menengah atas setelah penyuluhan dengan menggunakan media *E-Traffic Light Card* ($p=0,000$).
3. Terdapat Peningkatan Pengetahuan tentang pencegahan kanker payudara pada remaja putri sekolah menengah atas setelah penyuluhan dengan menggunakan media leaflet ($p=0,000$).
4. Terdapat Peningkatan sikap tentang pencegahan kanker payudara pada remaja putri sekolah menengah atas setelah penyuluhan dengan menggunakan media leaflet ($p=0,000$).
5. Media *E-Traffic Light Card* berpotensi digunakan sebagai media edukasi gizi digital di lingkungan sekolah karena terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri dibandingkan media leaflet.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas penggunaan media *E-Traffic Light Card* terhadap pengetahuan dan sikap pencegahan kanker payudara pada remaja putri, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi SMA Negri 1 Kasihan dan SMA 2 Bantul Kota Yogyakarta

Sekolah disarankan untuk mengintegrasikan media *E-Traffic Light Card* sebagai media pendidikan gizi dan kesehatan dalam kegiatan seperti penyuluhan kesehatan, UKS, atau program sekolah sehat. Kegiatan tersebut sebaiknya dilakukan secara berkala, misalnya setiap awal semester atau pada peringatan Hari Kanker Sedunia, agar pengetahuan dan sikap siswa terus meningkat. Pelaksanaannya dapat dilakukan melalui kerja sama dengan guru, petugas UKS, puskesmas, atau tenaga kesehatan menggunakan media digital yang interaktif dan mudah diakses siswa.

2. Bagi Siswi SMA

Siswi SMA diharapkan menerapkan informasi yang diperoleh melalui *E-Traffic Light Card* dalam kehidupan sehari-hari. baik di lingkungan sekolah maupun di rumah. Penerapan tersebut dilakukan secara berkelanjutan setelah mengikuti kegiatan edukasi, agar dapat membentuk kebiasaan memilih makanan bergizi seimbang dan menerapkan gaya hidup sehat sebagai upaya pencegahan kanker payudara. Hal tersebut dapat dilakukan dengan membatasi konsumsi

makanan tinggi gula, garam, dan lemak, memperbanyak konsumsi buah dan sayur, serta membagikan informasi kesehatan kepada teman sebaya dan keluarga

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya (Who) disarankan untuk mengembangkan penelitian mengenai efektivitas media *E-Traffic Light Card* (What) pada sekolah atau wilayah yang lebih beragam (Where) serta melakukan pengukuran jangka pendek dan jangka panjang (follow-up) setelah intervensi (When) untuk mengetahui keberlanjutan peningkatan pengetahuan, sikap, dan perubahan perilaku. Kemudian bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan monitoring atau meng *follow up* selama 1 bulan atau 3 bulan untuk menilai keberlanjutan efek edukasi yang diberikan.

4. Bagi Jurusan Gizi

Jurusan Gizi disarankan untuk mengembangkan dan memanfaatkan media *E-Traffic Light Card* sebagai media pembelajaran dan media penyuluhan gizi di lingkungan perguruan tinggi maupun pada kegiatan pengabdian kepada Masyarakat. Pengembangan media dapat dilakukan secara berkelanjutan sesuai perkembangan teknologi pendidikan agar menghasilkan inovasi media edukasi yang efektif dan sesuai dengan karakteristik sasaran. Pelaksanaannya dapat dilakukan melalui pengembangan materi, pelatihan mahasiswa, serta kolaborasi dengan institusi pendidikan dan fasilitas pelayanan Kesehatan.