

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tingkat pengetahuan dan sikap gizi seimbang sebelum pemberian media video pada kelompok perlakuan menunjukkan rata-rata pengetahuan sebesar 88,89 dan sikap sebesar 79,30.
2. Tingkat pengetahuan dan sikap gizi seimbang setelah pemberian media video pada kelompok perlakuan menunjukkan rata-rata pengetahuan sebesar 91,56 dan sikap sebesar 90,83.
3. Media video efektif meningkatkan sikap gizi seimbang siswa ($p=0,0001$), tetapi tidak efektif meningkatkan pengetahuan gizi seimbang ($p=0,082$).
4. Tingkat pengetahuan dan sikap gizi seimbang sebelum pemberian media leaflet pada kelompok kontrol menunjukkan rata-rata pengetahuan sebesar 90,89 dan sikap sebesar 78,53.
5. Tingkat pengetahuan dan sikap gizi seimbang setelah pemberian media leaflet pada kelompok kontrol menunjukkan rata-rata pengetahuan sebesar 93,56 dan sikap sebesar 80,66.
6. Media leaflet tidak efektif meningkatkan pengetahuan gizi seimbang ($p=0,190$) maupun sikap gizi seimbang siswa ($p=0,199$).
7. Media video lebih efektif dibandingkan media leaflet pada peningkatan sikap gizi seimbang, namun pada peningkatan pengetahuan gizi seimbang sama-sama tidak terdapat perbedaan.

B. Saran

1. Bagi SMAN 1 Girimulyo dan SMAN 1 Kalibawang

Sekolah diharapkan dapat mengintegrasikan media video edukasi sebagai salah satu metode penyuluhan kesehatan, terutama untuk materi yang bertujuan membentuk sikap positif siswa.

2. Bagi Siswa SMA

Siswa diharapkan dapat memanfaatkan media video edukasi sebagai sumber belajar untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang dan pencegahan kanker. Siswa juga disarankan untuk lebih aktif mencari informasi kesehatan dari sumber terpercaya. Selain itu, siswa dapat berbagi informasi yang diperoleh kepada teman sebaya dan keluarga agar manfaat edukasi gizi dapat menyebar lebih luas.

3. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan pengembangan untuk penelitian selanjutnya dengan menggunakan durasi intervensi yang lebih panjang, serta frekuensi edukasi yang lebih intensif agar perubahan pengetahuan dan sikap dapat dievaluasi secara lebih komprehensif.