

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Preferensi konsumsi makanan dan minuman karsinogenik pada remaja masih cukup tinggi. Hal ini terlihat dari kebiasaan subjek yang masih sering mengonsumsi makanan cepat saji, makanan gosong, makanan olahan, serta minuman kemasan yang berpotensi mengandung zat karsinogenik.
2. Tingkat pengetahuan dan sikap awal remaja mengenai konsumsi bahan makanan dan minuman karsinogenik sebelum diberikan intervensi tergolong baik. Sebagian subjek belum memahami secara optimal mengenai bahaya konsumsi bahan makanan dan minuman karsinogenik terhadap kesehatan.
3. Edukasi menggunakan media video animasi dan media *leaflet* berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai bahaya konsumsi makanan dan minuman karsinogenik. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media video animasi dan media *leaflet*.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sebuah penelitian mengenai salah satu alternatif penanggulangan masalah gizi mengenai konsumsi makanan dan minuman karsinogenik melalui edukasi menggunakan media video animasi. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi sekolah dalam mengembangkan program edukasi kesehatan dan promosi gizi kepada siswa melalui media pembelajaran yang menarik, inovatif, dan mudah dipahami.

2. Bagi Siswa

Sebagai subyek penelitian yang diharapkan dapat menerima dan menerapkan dengan baik pesan yang disampaikan melalui edukasi dengan media video animasi pada remaja sehingga memiliki ketertarikan untuk mempelajari dan meningkatkan pengetahuan mengenai konsumsi bahan karsinogenik. Selain itu, siswa diharapkan mampu menerapkan pola konsumsi yang lebih sehat dan selektif dalam memilih makanan dan minuman untuk mengurangi risiko penyakit akibat konsumsi bahan karsinogenik.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi untuk penelitian selanjutnya mengenai edukasi gizi dan konsumsi bahan makanan dan minuman karsinogenik pada remaja. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan

metode edukasi yang lebih inovatif serta melakukan pemantauan konsumsi menggunakan food record dalam jangka waktu yang lebih panjang agar diperoleh gambaran pola konsumsi yang lebih akurat.