

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang prinsip Isi Piringku sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi menggunakan media buku saku “PIRING SEHAT” ($p=0,000$).
2. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang prinsip Isi Piringku sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi menggunakan media leaflet “PIRING SEHAT” ($p=0,000$).
3. Terdapat peningkatan sikap siswa sekolah dasar tentang prinsip Isi Piringku sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi menggunakan media buku saku “PIRING SEHAT” ($p=0,000$).
4. Terdapat peningkatan sikap siswa sekolah dasar tentang prinsip Isi Piringku sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan gizi menggunakan media leaflet “PIRING SEHAT” ($p=0,000$).
5. Media buku saku “PIRING SEHAT” lebih efektif dibandingkan media leaflet “PIRING SEHAT” dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang prinsip Isi Piringku, dengan perbedaan yang signifikan secara statistik ($p=0,006$).
6. Media buku saku “PIRING SEHAT” dan media leaflet “PIRING SEHAT” memiliki efektivitas yang relatif sama dalam meningkatkan sikap pemilihan makanan siswa sesuai prinsip Isi Piringku, karena tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik ($p=0,235$).

B. Saran

1. Bagi sekolah, media buku saku “PIRING SEHAT” dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi gizi untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai prinsip Isi Piringku serta mendukung pelaksanaan program gizi dan kesehatan di sekolah.
2. Bagi siswa, diharapkan dapat menerapkan prinsip Isi Piringku dalam pemilihan makanan sehari-hari sehingga dapat mendukung pertumbuhan, perkembangan, dan status gizi yang optimal.
3. Bagi orang tua, diharapkan dapat memberikan dukungan dan pendampingan kepada anak dalam menerapkan prinsip Isi Piringku dengan menyediakan makanan yang beragam, bergizi seimbang, dan sesuai kebutuhan anak.
4. Bagi tenaga kesehatan dan pendidik, media buku saku “PIRING SEHAT” dapat dijadikan alternatif media edukasi gizi karena terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang prinsip Isi Piringku.
5. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih panjang, serta menambahkan pengukuran perilaku konsumsi atau praktik penerapan Isi Piringku untuk mengetahui dampak edukasi secara lebih komprehensif.