

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian dan diskusi tentang bagaimana pendidikan gizi seimbang dipengaruhi oleh pengetahuan remaja melalui video animasi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Mayoritas remaja memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang sebelum diajarkan melalui video animasi, dengan 46 remaja (73,0%) termasuk dalam kategori ini.
2. Setelah diajarkan melalui video animasi, sebagian besar remaja memperoleh pengetahuan yang lebih baik tentang gizi seimbang daripada sebelumnya, dengan 57 orang (90,5%) berpengetahuan cukup, dan 6 orang (9,5%) berpengetahuan baik.
3. Hasil uji *Marginal Homogeneity* dengan *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa pembelajaran melalui video animasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang gizi seimbang.

B. SARAN

Setelah memberikan hasil dan diskusi penelitian di atas, penulis menyarankan hal-hal berikut:

1. Bagi siswa/i SMPN 4 Sewon

Para siswa/i diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai materi pembelajaran untuk menambah pengetahuan tentang gizi seimbang dan makanan yang baik sesuai tumpeng gizi seimbang bukan 4 sehat 5 sempurna, sehingga pengetahuan yang telah diperoleh dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

2. Bagi pengelola sekolah

Sekolah, terutama para guru SMPN 4 Sewon, diharapkan dapat mengadakan program kerjasama dengan puskesmas setempat serta memfasilitasi edukasi tentang pesan gizi seimbang dan pemenuhan gizi

seimbang pada remaja. Edukasi tersebut dapat dilakukan secara rutin, minimal sebulan sekali, agar siswa/i terbiasa membeli makanan sehat.

3. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Disarankan agar penelitian selanjutnya meneliti hubungan antara edukasi tentang gizi seimbang dengan sikap remaja terhadap makanan sehat.
- b. Mengidentifikasi faktor-faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan pada remaja.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA