

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pengetahuan sarapan sebelum edukasi sebagian besar siswa memiliki pengetahuan cukup yaitu 50 siswa (61,7%). Sesudah edukasi ada peningkatan pengetahuan kategori baik sebanyak 32 siswa (39,5%) yaitu dari 31 siswa (38,3%) menjadi 63 siswa (77,8%). Ada peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebanyak 11,73 point yaitu dari 72,22 menjadi 83,95.
2. Sikap sarapan sebelum edukasi sebagian besar siswa memiliki pengetahuan cukup yaitu 54 siswa (66,7%). Sesudah edukasi ada peningkatan pengetahuan kategori baik sebanyak 37 siswa (45,7%) yaitu dari 24 siswa (29,6%) menjadi 61 siswa (75,3%). Ada peningkatan rata-rata skor sikap sebanyak 6,91 point yaitu dari 73,70 menjadi 80,61.
3. Praktik sarapan sebelum edukasi siswa lebih banyak memiliki praktik dengan kategori kurang yakni 28 siswa (34,6%). Sesudah edukasi ternyata ada peningkatan praktik dengan kategori baik sebanyak 34 siswa (42%) yaitu dari 26 siswa (32,1%) menjadi 61 siswa (74,1). Ada peningkatan rata-rata skor praktik sebanyak 17,65 point yaitu dari 65,43 menjadi 83,08.
4. Analisis statistik menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa di SMP Negeri 1 Tabanan.

5. Analisis statistik menunjukkan terdapat perbedaan sikap sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa di SMP Negeri 1 Tabanan.
6. Analisis statistik menunjukkan terdapat perbedaan praktik sarapan sebelum dan sesudah edukasi gizi melalui *WhatsApp* dengan media video pada siswa di SMP Negeri 1 Tabanan.

**B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disampaikan saran sebagai berikut :

1. Bagi pihak SMP Negeri 1 Tabanan  
Mengingat pengguna *WhatsApp* tinggi di kalangan remaja, guru atau petugas UKS disarankan agar memanfaatkan aplikasi *WhatsApp* dengan media video untuk memberikan edukasi gizi atau edukasi kesehatan lainnya dalam upaya meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik siswa sehingga nantinya dapat memotivasi siswa untuk berperilaku yang baik terhadap kesehatan di usia remaja.
2. Bagi peneliti selanjutnya  
Penelitian ini lebih efektif lagi jika pada metode menggunakan kelompok kontrol serta melakukan pengembangan instrument penelitian agar hasil yang diharapkan lebih maksimal.