

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Dari 5 jurnal pengetahuan yang ditelaah semuanya memberikan peningkatan rerata pengetahuan gizi seimbang secara signifikan pada alfa 0,005.
2. Dari 4 jurnal sikap yang ditelaah terdapat 3 jurnal yang menunjukkan peningkatan rerata sikap gizi seimbang secara signifikan pada alfa 0,005.

#### **B. Saran**

Penyuluhan dengan frekuensi 1 kali hanya menghasilkan peningkatan nilai *post test* sedikit jika dibandingkan dengan penyuluhan media video dengan frekuensi 2 kali. Oleh karena itu siswa sebaiknya lebih sering untuk menonton video mengenai gizi seimbang, maka sekolah diharapkan menyediakan sarana dan prasarana untuk pemutaran video sehingga video tersebut dapat diputar secara berulang-ulang, hal ini bertujuan agar lebih efektif dan materi yang disampaikan melalui media video ini dapat lebih melekat dalam ingatan responden, sehingga dapat merubah pengetahuan dan membentuk sikap yang baik mengenai gizi seimbang.