

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penyuluhan gizi dengan Instagram dalam mencegah kekurangan energi kronik di SMPN 3 Tirtoyudo Satu Atap dapat disimpulkan:

1. Pengetahuan sebelum penyuluhan menunjukkan kategori cukup hingga kurang baik pada kategori cukup sebesar 17% dan kurang baik 83% setelah diberikan penyuluhan menunjukkan hasil meningkat dengan kategori baik sebesar 27% dan kategori cukup sebesar 66%.
2. Sikap sebelum penyuluhan dalam kategori kurang mendukung sebesar 79% setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi kategori mendukung sebesar 69%,
3. Terdapat pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap pengetahuan remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik ($p < 0,05$),
4. Terdapat pengaruh penyuluhan gizi dengan Instagram terhadap sikap remaja putri dalam mencegah kekurangan energi kronik ($p < 0,05$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat diberikan beberapa saran sebagai bahan peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri sekolah adalah adanya peningkatan fungsi UKS (Usaha Kesehatan Sekolah) untuk dijadikan sarana kegiatan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) tentang gizi. Untuk peneliti selanjutnya perlu adanya penelitian dengan media sosial lain untuk mengetahui media mana yang lebih efektif pada peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri, menambahkan variabel mengenai keterampilan menggunakan metode yang sesuai, memonitoring pelaksanaan penelitian seperti responden memberikan komentar pada setiap unggahan untuk mengukur pemahaman responden, serta melakukan penelitian mengenai frekuensi pemberian intervensi.