

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Subjek penelitian berusia 15-17 tahun sebagian besar memiliki status gizi tidak normal (obesitas) dengan persentase 69,3%, dari 13 subjek diketahui 2 subjek (15,4%) diantaranya terdiagnosa diabetes mellitus.
2. Pemberian edukasi menggunakan media e-booklet dapat meningkatkan pengetahuan siswi prediabetes di SMAN 1 Lawang.
3. Secara data terdapat pengaruh edukasi dengan media e-booklet terhadap pola makan siswi prediabetes di SMAN 1 Lawang. Secara statistik tidak ada pengaruh edukasi dengan media e-booklet terhadap pola makan siswi prediabetes di SMAN 1 Lawang.
4. Pemberian edukasi menggunakan media e-booklet berpengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah pada siswi prediabetes di SMAN 1 Lawang.
5. Terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media e-booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan penurunan kadar glukosa darah siswi prediabetes di SMAN 1 Lawang, tidak ada pengaruh edukasi gizi dengan media e-booklet terhadap pola makan siswi prediabetes di SMAN 1 Lawang

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, maka dapat disarankan :

1. Bagi responden
Diharapkan bagi para siswa agar selalu menerapkan dan menaati pola makan sesuai edukasi yang telah diberikan dengan tujuan agar glukosa darah tetap terjaga dan merubah kebiasaan makan yang buruk.

2. Bagi orang tua siswa

Diharapkan bagi orang tua siswa untuk senantiasa berkontribusi dalam penerapan pola makan sehat untuk anak, karena dukungan ini dapat membantu mereka untuk mengubah kebiasaan makan yang tidak sehat.

3. Bagi pihak sekolah

Diharapkan bagi pihak sekolah untuk selalu memberikan penyuluhan kesehatan yang ditunjukkan bagi siswa agar dapat dilakukan deteksi dini sebelum terlambat