

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata pengetahuan gizi seimbang pada anak usia sekolah meningkat dan terdapat pengaruh yang signifikan  $p < 0,05$  sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
2. Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata pola konsumsi makan pada kelompok bahan pangan hewani, minyak/lemak dan kacang-kacangan anak usia sekolah meningkat dan terdapat pengaruh yang signifikan  $p < 0,05$  sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
3. Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata tingkat konsumsi energi, lemak, karbohidrat, zat besi dan vitamin C pada anak usia sekolah meningkat dan terdapat pengaruh yang signifikan  $p < 0,05$  sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

#### **B. Saran**

Media video gizi seimbang pada penelitian ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran di sekolah untuk guru dalam menyampaikan materi tentang gizi seimbang bagi anak usia sekolah.