

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Hasil uji statistik diketahui bahwa tingkat pengetahuan pada kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
2. Hasil uji statistik diketahui bahwa tingkat pengetahuan pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
3. Hasil uji statistik diketahui bahwa sikap responden pada kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
4. Hasil uji statistik diketahui bahwa sikap responden pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
5. Hasil uji statistik diketahui bahwa pola konsumsi makan kelompok bahan pangan padi-padian, pangan hewani, umbi-umbian, minyak/lemak, kacang-kacangan, gula, sayur-sayuran dan buah pada kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
6. Hasil uji statistik diketahui bahwa pola konsumsi makan kelompok bahan pangan hewani, umbi-umbian, minyak/lemak, kacang-kacangan, gula, sayur-sayuran dan buah pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
7. Hasil uji statistik diketahui bahwa tingkat konsumsi lemak pada kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
8. Hasil uji statistik diketahui bahwa tingkat konsumsi energi pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.

9. Hasil uji statistik diketahui bahwa aktifitas fisik pada kelompok kontrol terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
10. Hasil uji statistik diketahui bahwa aktifitas fisik pada kelompok perlakuan terdapat perbedaan yang signifikan $p < 0,05$ sebelum dan sesudah diberikan pemberian intervensi.
11. Hasil uji statistik diketahui bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang signifikan $p < 0,05$ antara kelompok kontrol dan perlakuan.
12. Hasil uji statistik diketahui bahwa terdapat perbedaan sikap yang signifikan $p < 0,05$ antara kelompok kontrol dan perlakuan.

B. Saran

Media *booklet* pada penelitian ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran di sekolah untuk guru dalam menyampaikan materi tentang gizi seimbang bagi remaja *overweight*.