

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang didapatkan, maka ditarik kesimpulan :

1. Pengetahuan dengan kategori baik sebelum penyuluhan gizi berbasis video *learning* dengan media *whatsapp grup* sebesar 0%. Dan pengetahuan dengan kategori baik sesudah penyuluhan gizi berbasis video *learning* dengan media *whatsapp grup* sebesar 48%. Pengetahuan yang baik dipengaruhi faktor usia dan pendidikan.
2. Sikap dengan kategori baik sebelum penyuluhan gizi berbasis video *learning* dengan media *whatsapp grup* sebesar 48%. Dan sikap dengan kategori baik sesudah penyuluhan gizi berbasis video *learning* dengan media *whatsapp grup* sebesar 88%. Sikap yang baik dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, dimana semakin tinggi pengetahuan seseorang maka sikap juga akan meningkat.
3. Setelah di uji statistik didapatkan kesimpulan ada pengaruh yang signifikan penyuluhan gizi berbasis video *learning* dengan media *whatsapp grup* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri ( $p=0,000$ )

#### **B. Saran**

Sebaiknya bagi remaja putri yang memiliki gejala anemia segera dikonsulkan ke puskesmas agar mendapatkan penanganan lebih lanjut. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pemerintah untuk melakukan kegiatan pencegahan dan penurunan anemia gizi besi dengan cara melakukan penyuluhan kelompok, pengadaan poster atau leaflet tentang anemia, informasi tentang anemia lewat media sosial untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan dan gizi remaja putri.