

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Dari keempat jurnal yang sudah diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan gizi tentang anemia dengan media pada remaja putri.
2. Dari keempat jurnal yang sudah diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan gizi tentang anemia dengan media pada remaja putri.
3. Dari keempat jurnal yang sudah diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa penyuluhan gizi tentang anemia berpengaruh terhadap pengetahuan pada remaja putri. Penyuluhan dalam hal ini merupakan bagian dari pendidikan gizi sebagai upaya untuk mengadakan perubahan pengetahuan atau sikap. Metode pendidikan gizi dapat dilakukan dengan berbagai cara salah satunya dengan metode pendidikan kelompok melalui ceramah dan diskusi, dengan memberikan pendidikan kesehatan secara intensif serta dibantu media dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan pada individu, maupun kelompok.
4. Dari keempat jurnal yang sudah diuraikan diatas dapat disimpulkan bahwa penyuluhan gizi tentang anemia berpengaruh terhadap sikap pada remaja putri. Meningkatnya sikap remaja putri disebabkan oleh meningkatnya pengetahuan. Meningkatnya pengetahuan gizi pada remaja putri melalui pendidikan gizi yang diterima akan membantu sikap remaja putri dan akan mempengaruhi kebiasaan terutama dalam hal pencegahan anemia. Adanya peningkatan pengetahuan yang ditunjang oleh pendidikan dan pengalaman mempunyai dampak dalam menentukan sikap.

#### **5.2 Saran**

Pemberian penyuluhan gizi tentang anemia pada remaja putri sebaiknya menggunakan beberapa metode dan media yang menarik agar penyampaian materi dapat diterima dengan mudah dan menghindari kejenuhan pada remaja. Pemilihan metode dan media yang tepat dapat membantu proses penyampaian materi, sehingga dapat diterima oleh audiens dengan baik.