

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Penyuluhan dengan media *vitanutrihealth* dapat meningkatkan pengetahuan, merubah sikap, dan menurunkan konsumsi lemak setelah diberikan penyuluhan.
2. Hasil uji statistik diketahui bahwa pengetahuan siswa terdapat perbedaan yang signifikan ( $p=0,000$ ) sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media *vitanutrihealth*.
3. Pengetahuan siswa meningkat setelah dilakukan penyuluhan dengan media *vitanutrihealth* dengan selisih nilai rata-rata 22,75.
4. Hasil uji statistik diketahui bahwa sikap siswa terdapat perbedaan yang signifikan ( $p=0,000$ ) sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media *vitanutrihealth*.
5. Sikap siswa pada sebelum penyuluhan mayoritas berada di kategori tidak mendukung yaitu sebanyak 24 siswa (60%), dan pada setelah penyuluhan mayoritas siswa berada di kategori mendukung yaitu sebanyak 26 siswa (65%), yang artinya siswa berada di kategori mendukung pada saat sebelum penyuluhan yaitu 16 siswa (40%) meningkat menjadi 26 siswa (65%) setelah diberikan penyuluhan
6. Hasil uji statistik diketahui bahwa konsumsi lemak siswa terdapat perbedaan yang signifikan ( $p=0,000$ ) sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media *vitanutrihealth*.
7. Persentase konsumsi lemak siswa menurun setelah dilakukan penyuluhan dengan media *vitanutrihealth* dengan selisih nilai rata-rata 2,38.

#### B. Saran

Media aplikasi *vitanutrihealth* diharapkan dapat dipergunakan pada siswa untuk menanggulangi *overweight*. Media aplikasi *vitanutrihealth* dapat digunakan setiap hari dimana saja dan kapan saja. Media aplikasi *vitanutrihealth* ini perlu pengembangan dan perawatan lebih lanjut agar dapat dimanfaatkan lebih optimal lagi dan materi maupun informasi yang ada tetap dapat diakses dengan baik oleh responden dan siswa lainnya. Selain itu perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan membandingkan media *vitanutrihealth*

dengan media edukasi lainnya untuk mengetahui efektivitas penggunaan media dengan pengetahuan, sikap, dan konsumsi lemak.

