

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Penyuluhan gizi tentang *overweight* dengan media aplikasi *VitaNutriHealth* dapat meningkatkan pengetahuan, merubah sikap, dan menurunkan konsumsi energi.
2. Berdasarkan hasil uji statistik dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan siswa ($p = 0,000$) sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media aplikasi android (*VitaNutriHealth*).
3. Pengetahuan siswa meningkat setelah dilakukan penyuluhan dengan media aplikasi android (*VitaNutriHealth*) dengan selisih nilai rata-rata 11,6.
4. Sikap siswa sebelum penyuluhan untuk kategori mendukung sebanyak 28 siswa (56%) dan kategori tidak mendukung sebanyak 22 siswa (44%). Namun, setelah diberikan penyuluhan *overweight* dengan media aplikasi telah terjadi peningkatan untuk kategori mendukung sebanyak 34 siswa (68%) dan terjadi penurunan untuk kategori tidak mendukung menjadi sebanyak 16 siswa (52%).
5. Berdasarkan hasil uji statistik dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap sikap siswa ($p = 0,000$) sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media aplikasi android (*VitaNutriHealth*). Sikap siswa meningkat setelah dilakukan penyuluhan dengan media aplikasi android (*VitaNutriHealth*) dengan selisih nilai rata-rata 3,62.
6. Hasil uji statistik diketahui bahwa pada konsumsi energi siswa terdapat perbedaan yang signifikan ($p = 0,000$) sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dengan media aplikasi android (*VitaNutriHealth*).
7. Konsumsi lemak siswa menurun setelah dilakukan penyuluhan dengan media aplikasi android (*VitaNutriHealth*) dengan selisih nilai rata-rata sebelum dan sesudah penyuluhan sebesar 2,74.

B. Saran

Media aplikasi *VitaNutriHealth* diharapkan dapat dipergunakan bagi siswa untuk menanggulangi masalah *overweight*. Aplikasi *VitaNutriHealth* ini dapat digunakan setiap hari dan setiap saat. Aplikasi ini masih perlu pengembangan dan perbaikan lebih lanjut agar dapat dimanfaatkan lebih optimal dan materi serta informasi yang ada tetap dapat diakses dengan baik oleh responden dan remaja *overweight* lainnya. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan membandingkan aplikasi *VitaNutriHealth* dengan media edukasi gizi lainnya untuk mengetahui pengaruh penggunaan media dengan pengetahuan, sikap, dan konsumsi makanan siswa.