

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi melalui metode peer tutoring mengenai aktivitas fisik dalam upaya pencegahan risiko PJK hasil lebih banyak dengan hasil kategori kurang.
2. Pengetahuan responden sesudah diberikan edukasi melalui metode peer tutoring mengenai aktivitas fisik dalam upaya pencegahan risiko PJK dengan hasil kategori baik.
3. Adanya pengaruh edukasi dengan metode peer tutoring mengenai aktivitas fisik dalam upaya pencegahan PJK terhadap peningkatan pengetahuan dari sebelum dan sesudah perlakuan. Sehingga edukasi metode peer tutoring efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswa remaja tentang aktivitas fisik dalam upaya pencegahan risiko PJK.

#### **5.2 Saran**

1. Bagi Responden

Bagi siswa pengajar (*peer tutoring*) diharapkan dapat membantu temannya dalam memahami informasi kesehatan mengenai aktivitas fisik dalam upaya pencegahan PJK dan untuk seluruh responden diharapkan lebih meningkatkan dan dapat menerapkan upaya pencegahan PJK dengan

aktivitas fisik sehari-hari serta dapat menyebar luaskan informasi kesehatan di lingkungan teman sebaya.

## 2. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menerapkan pencegahan PJK dengan melakukan aktivitas fisik dalam sehari-hari secara berkelanjutan di sekolah dan mengembangkan ilmu yang telah didapatkan selama perkuliahan sebagai sarana pembelajaran di sekolah.

## 3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumbangan ilmiah serta bermanfaat sebagai tambahan kepustakaan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa khususnya dalam Pengetahuan tentang aktivitas fisik dalam upaya pencegahan PJK di sekolah.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan pencegahan PJK di sekolah yang mampu mencakup seluruh siswa dengan mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan materi agar hasil penelitian selanjutnya lebih baik dan lebih lengkap.