

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Responden dalam penelitian sebagian besar berjenis kelamin perempuan (79,41%), berusia 13 tahun (76,5%), memiliki uang saku \leq Rp 15.000 (55,9%), pendidikan ayah diploma/sarjana (55,88%), pendidikan ibu diploma/sarjana (61,8%), pekerjaan ayah wirausaha (38,2%) pekerjaan ibu IRT (52,9%).
2. Keragaman pangan responden mengalami peningkatan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi.
3. Berat badan responden mengalami peningkatan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi.
4. Terdapat pengaruh yang signifikan ($p = 0,039$) pada edukasi terhadap keragaman pangan responden sebelum dan sesudah edukasi.
5. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan ($p = 0,743$) pada edukasi terhadap berat badan responden sebelum dan sesudah edukasi.

B. Saran

1. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan dapat menambah waktu edukasi dan menambahkan aspek edukasi lain seperti aktivitas fisik agar perubahan badan dapat dilihat secara maksimal.
2. Bagi Responden
Diharapkan untuk dapat menerapkan edukasi yang sudah diberikan dalam kehidupan sehari-hari dan dapat menyebarluaskan kepada lingkungan sekitar.
3. Bagi Universitas Jenderal Soedirman
Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai literatur tambahan dan acuan penelitian selanjutnya terkait edukasi gizi pada remaja gizi lebih.