

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa :

1. Berdasarkan jenis kelamin siswa/i SMA Pangudi Luhur 2 Servasius terdapat 39,2% laki-laki dan 60,8% perempuan.
2. Persentase kebiasaan makan yang sehat pada siswa/i SMA Pangudi Luhur 2 Servasius sebelum dilakukan intervensi yaitu pada kelompok kontrol sebesar 64,9% dan pada kelompok perlakuan sebesar 56,8%. Persentase kebiasaan makan yang sehat pada siswa/i SMA Pangudi Luhur 2 Servasius setelah dilakukan intervensi yaitu pada kelompok kontrol sebesar 54,1% dan pada kelompok perlakuan sebesar 78,4%.
3. Persentase pengetahuan yang baik pada siswa/i SMA Pangudi Luhur 2 Servasius sebelum dilakukan intervensi yaitu pada kelompok kontrol sebesar 54,1% dan pada kelompok perlakuan sebesar 56,8%. Persentase pengetahuan yang baik pada siswa/i SMA Pangudi Luhur 2 Servasius setelah dilakukan intervensi yaitu pada kelompok kontrol sebesar 67,6% dan pada kelompok perlakuan sebesar 83,8%.
4. Ada pengaruh pemberian edukasi dengan media film pendek terhadap perubahan kebiasaan makan pada siswa/i di SMA Pangudi Luhur II Servasius ($p\text{ value} = 0,000 < 0,05$). Hal ini berarti edukasi menggunakan media film pendek berpengaruh terhadap kebiasaan makan remaja. Ada pengaruh pemberian edukasi dengan media film pendek terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang dan *body image* pada siswa/i di SMA Pangudi Luhur II Servasius ($p\text{ value} = 0,001 < 0,05$). Hal ini berarti edukasi menggunakan media film pendek berpengaruh terhadap pengetahuan remaja.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Sekolah

Pihak sekolah dapat mendukung kebiasaan makan dan mengadaptasi media edukasi dalam bentuk media film pendek sebagai salah satu alat untuk pemberian informasi terkait penerapan kebiasaan makan yang sehat dan pengetahuan gizi secara berkala.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan variabel ketersediaan pangan, pemilihan jenis makanan, pengaruh iklan makanan dan intervensi lebih lanjut terkait topik gizi seimbang terutama penggolongan kelompok bahan pangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amar, M. I., Puspita, I. D., & Nasrullah, N. (2018). Implementasi Program Bimbingan Persepsi Positive Body Image Terhadap Pengetahuan Gizi Remaja dan Status Gizi Remaja Putri. *Public Health Science Journal*, 10(1), 1–11.
- Ambarsari, L. (2020). Efektivitas Metode Penyuluhan Dengan Ceramah Dan Audio Visual Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Aminah, R. S., & Nugroho, P. A. (2020). Konsep Diri Remaja Dalam Budaya Makan Sehat Teenagers Self Concept ' S In Behavioral Of Healthy Eat. 11(April), 87–97.
- Arista, C. N., Gifari, N., Nuzrina, R., Sitoayu, L., & Purwara, L. (2021). Perilaku Makan, Kebiasaan Sarapan, Pengetahuan Gizi Dan Status Gizi Pada Remaja Sma Di Jakarta. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi*, 2(1), 1–15. <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI/article/view/206>
- Aswita, Aesulfa, Askrening, Sarita, S., Yustiari, Asi, M., Haerani, Elyasari, Farming, Malahayati, A., Wulandari, H., & Ningsih, P. A. (2022). Theaudio-Visual (video) Media ' s Concern for the knowledge and Attitudes of Adolescents about Abortion in the Southern Konawe Coastal Area. *American Journal of Biomedical Science & Research*, 425–432. <https://doi.org/10.34297/AJBSR.2022.16.002249>
- Aulia, N. R. (2021). Peran Pengetahuan Gizi Terhadap Asupan Energi, Status Gizi Dan Sikap Tentang Gizi Remaja. *Jurnal Ilmiah Gizi Dan Kesehatan (JIGK)*, 2(02), 31–35. <https://doi.org/10.46772/jigk.v2i02.454>
- Diananda, A. (2018). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fitriani, N. (2020). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Pada Remaja Di Kecamatan Bergas (Vol. 21, Issue 1) [UNIVERSITAS NGUDI WALUYO]. <https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2020.101607%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ijsu.2020.02.034%0Ahttps://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/cjag.12228%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.ssci.2020.104773%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.jinf.2020.04.011%0Ahttps://doi.org/>
- Fitriani, R., Dewanti, L. P., Kuswari, M., Gifari, N., & Wahyuni, Y. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Gizi Seimbang, Citra Tubuh, Tingkat Kecukupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Siswa SMA Negeri 86 Jakarta. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 29–38. <https://doi.org/10.35971/gojhesh.v4i1.5041>
- Friska, H. (2019). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Sayur Dan Buah, Asupan Makan Terhadap Obesitas Pada Remaja Di SMA 13 Kota Padang Tahun 2019 [SEKOLAH TINGGI KESEHATAN PERINTIS]. <http://repo.stikesperintis.ac.id/448/1>
- Grahita, T. A., Teknologi, F., & Informatika, D. A. N. (2018). Penciptaan Film Pendek. Institut Bisnis dan Informatika STIKOM Surabaya.

- Hairin, S. F. (2021). Pemberian Film Pendek Edukasi Anemia Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Desa Sumberagung Kecamatan Moyudan. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Handayani, S. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pedoman Umum Gizi Seimbang Dan Asupan Protein Dengan Status Gizi Remaja Putri Di Sma Muhammadiyah 1 Sragen. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Hanum, Y., & Waldani, B. (2018). Pengaruh Penggunaan Media Pembelajaran Film Pendek Swasta Istiqlal Delitua. *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 16(1), 107–118.
- Hapsari, pramesthi widya, Khusun, H., & Februhartanty, J. (2018). *Pesan Gizi Seimbang pada Buku Ajar* (Nurbaya (ed.); 1st ed.). SEAMEO RECFON.
- Harmawati, Sari, D. A., & Verini, D. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Pelajar SMA Tentang HIV/AIDS. *Jurnal Endurance*, 3(3), 588–595. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.3058>
- Hendarini, A. T. (2018). Pengaruh body image dan kebiasaan makan dengan status gizi di SMAN 1 Kampar tahun 2017. *Jurnal Gizi*, 2(2), 138–145. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jurnalgizi/article/view/200>
- Herman, H., Citrakesumasari, C., Hidayanti, H., Jafar, N., & Virani, D. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Leaflet Kemenkes Terhadap Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja Di Sma Negeri 10 Makassar. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia: The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 9(1), 39–50. <https://doi.org/10.30597/jgmi.v9i1.10157>
- Hermawati, B., Handayani, O. W. K., Mahendrasari, D. S., Mukti, F. A., & Wijayanti, A. (2021). Edukasi Kesehatan Mengenai Praktik Cuci Tangan pada Guru sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 894–902. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i2.1060>
- Irnani, H., & Sinaga, T. (2017). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Praktik Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(1), 58–64. <https://doi.org/10.32382/mgp.v26i2.1231>
- Jauziyah, S., Nuryanto, N., Tsani, A. F. A., & Purwanti, R. (2021). Pengetahuan Gizi Dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan Dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 72–81. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.30428>
- Johnson, F., Wardle, J., & Griffith, J. (2002). The adolescent food habits checklist: Reliability and validity of a measure of healthy eating behaviour in adolescents. *European Journal of Clinical Nutrition*, 56(7), 644–649. <https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1601371>
- Luh, N., & Purnama, A. (2019). Perilaku makan dan status gizi remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 9(2), 57–62.
- Marliyana, & Suharti, S. (2021). Penyuluhan kesehatan tentang penyakit gastritis pada remaja. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 1(1), 16–24. <http://e->

jurnal.iphorr.com/index.php/phc/article/view/54

- Meidiana, R., Simbolon, D., & Wahyudi, A. (2018). *Pengaruh Edukasi melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Overweight*. 9(3), 478–484.
- Pamelia, I. (2018). Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja Dan Dampaknya Bagi Kesehatan. *IKESMA*, 14(2), 144–153. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v14i2.10459>
- Permatasari, D., & Rizqi, M. A. (2021). Media Promosi Kesehatan Film Pendek Mengenai Pencegahan Anemia Bagi Siswa Kelas XI. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(1), 194–205.
- Putri, A. S., Susanti, N., Wira, Y., Sy, C., & Mashar, M. (2021). Pengaruh Penyuluhan Gizi Dengan Media Video Tentang Konsumsi Sayur Dan Buah Di Sman 1 Palangka Raya The Effect of Nutritional Explanation with Video Media on Knowledge and Attitude of Adolescents About Vegetable and Fruit Consumption. *J.Gipas*, 5(2).
- Putri, H. P., Andara, F., & Sufyan, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Di Jakarta Timur. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2), 334–342.
- Putri, S., Purnamasari, W. M., & Rohmatin, E. (2020). *Perbedaan Pengaruh Promosi Kesehatan Tentang HIV/AIDS Melalui Video Animasi Dengan Film Pendek Terhadap Pengetahuan Remaja Di SMP Negeri 3 Tasikmalaya Tahun 2020*. 31–42.
- Rahayu, T. B., & Fitriana. (2018). Hubungan pola makan dengan status gizi remaja putri di SMA negeri Banglilipuro. *Jurnal Kesehatan "Samodra Ilmu,"* 10(2), 6–10.
- Ramadhanti, F. M., Sulistyowati, E., & Jaelani, M. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi dengan Media Video Motion Graphics Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Obesitas Remaja. *Jurnal Gizi*, 11(1), 22–31.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Jawa Barat. In *Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Romandani, Q. F., & Rahmawati, T. (2020). Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMPN 237 Jakarta. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(3), 193. <https://doi.org/10.32419/jppni.v4i3.192>
- Sefrina, L. R., Elvandari, M., & Rahmatunisa, R. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Body Image Pada Remaja Di Karawang. *Nutrire Diaita*, 10(2), 35–40.
- Sekti, R. M. dan Fayasari, A. (2019) "Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual Terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur", *Jurnal Ilmiah Kesehatan*
- Setiawan, B. W. (2020). Hubungan Antara Body Image Dengan Kepercayaan Diri

Pada Remaja Awal. Universitas Semarang.

- Sholikhah, D. M. (2019). Nutrition Status in Adolescent (Case Study At Yasmu Manyar. *UNES Journal Of Scientech Research*, 4(1), 27–34. <http://ojs.ekasakti.org>
- Sinurat, S. N. (2021). Pengaruh Media Video Animasi dan Film Pendek terhadap Pengetahuan Sikap Siswa Mengenai Covid-19 di SMP Negeri 13 Pematangsiantar Tahun 2021 [UNIVERSITAS SUMATERA UTARA]. In *Repository Universitas Sumatera Utara*. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/37568>
- Siregar, S., Rochadi, K., & Maas, L. T. (2019). the Effect of Audio-Visual Media on Adolescents' Knowledge and Attitude Toward Smoking Dangerous At Secondary High School 2 Halongonan Subdistrict, Indonesia. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 2(3), 164–171. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v2i3.147>
- Suansan, C., Promsriya, U., Manlee, N., Spongsuwansiri, L., Taneeheng, N., & Woranwongphitak, J. (2021). Short Film Production for Obesity-Reduction Campaign of Secondary School in Yala , Thailand. *PSYCHOLOGY AND EDUCATION*, 58(2), 2521–2530.
- Sukmaningsih, W. R., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2018). Pengaruh Film Pendek melalui Peer Educator terhadap Perilaku Remaja SMA terkait Kesehatan Reproduksi di Kota Semarang. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, 6(1), 50–59. <https://doi.org/10.14710/jmki.6.1.2018.50-59>
- Unicef Indonesia. (2021). *Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia*. [https://www.unicef.org/indonesia/media/9241/file/Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/9241/file/Strategi_Komunikasi_Perubahan_Sosial_dan_Perilaku.pdf)
- Utari, W. R., Lisum, K., & Marlina, P. W. N. (2020). Hubungan karakteristik Responden dan Sumber Informasi Dengan Pengetahuan Remaja Mengenai Anemia. *Jurnal Keperawatan*, 12(3), 379–386.
- Waluyo, D., Hidayanty, H., & Seweng, A. (2018). Pengaruh Pendidikan Gizi Anemia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Anak Remaja Sma Negeri 21 Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 1(3), 301–306. <https://doi.org/10.30597/jkmm.v1i3.8821>
- Wulandari, A. (2021). Perbedaan Edukasi Gizi Tentang Fast Food Melalui Video Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Kota Bengkulu Tahun 2021. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Yolanda, R. S. (2016). Hubungan Antara Body Image Dan Perilaku Konsumtif Produk Bermerek Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 50–57.
- Yusfarani, D. (2020). Pengetahuan Dan Sikap Mahasiswi Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini (Piaud) Tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 5(1), 21–35. <https://doi.org/10.36729/jam.v5i1.307>
- Yusinth, A. N., & Adriyanto. (2018). Hubungan Antara Perilaku Makan dan Citra Tubuh dengan Status Gizi Remaja Putri Usia 15-18 Tahun. *Amerta Nutrition*,

2(2), 147–154. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.147-154>

Zaki, I., Soedirman, U. J., Sari, H. P., Soedirman, U. J., Farida, F., Soedirman, U. J., Sulistyaning, A. R., & Soedirman, U. J. (2019). Nutrition Education Based on Multi-Media Can Improve Nutrition Knowledge and Unhealthy Snacking Habits in Adolescents. *Nutrituon Education*, 22(11). <https://doi.org/10.36295/ASRO.2019.221133>