

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

1. Sebagian besar pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa terhadap makan pagi berdasarkan identifikasi melalui angket menyimpulkan sikap dan tindakan siswa masih tergolong kurang. Berdasarkan identifikasi sikap dan tindakan, pengetahuan siswa terhadap makan pagi masih rendah dilihat dari beberapa indikator pengetahuan siswa terhadap pengertian makan pagi, waktu makan pagi yang baik, kandungan gizi yang dibutuhkan saat makan pagi, manfaat makan pagi, akibat tidak makan pagi, dan menu makan pagi sehat.
2. Materi makan pagi yang akan disampaikan kepada siswa SMP sudah sesuai berdasarkan hasil identifikasi dan divalidkan oleh ahli gizi. Materi yang sudah validkan oleh ahli gizi kemudian dibuat dalam bentuk film pendek dengan durasi 8 menit. Film pendek yang dirancang dan dibuat oleh peneliti divalidkan oleh ahli media dan ahli gizi. Media film pendek yang sudah divalidasi oleh ahli media, selanjutnya divalidasi oleh siswa SMP kelas VIII dengan teknik *face validity*. Dari hasil validasi 7 diantaranya menganggap tertarik dan paham dengan media film pendek pentingnya makan pagi. Hasil validasi oleh siswa SMP dilakukan revisi untuk penyempurnaan film pendek. Setelah itu dilakukan proses uji coba film pendek.

3. Hasil *pre-test* menunjuk kan bahwa pengetahuan siswa terhadap makan pagi dilihat dari materi berdasarkan indikator masih tergolong kurang dengan persentase siswa yang tidak tuntas sebanyak 41 orang (83,67%) siswa. Rata-rata hasil *pre-test* siswa yaitu (23,8%) . Setelah film ditayangkan siswa diberi *post-test* dengan soal yang sama pada saat *pre-test*. Hasil skor yang diperoleh siswa pada saat *post-test* setelah di berikan media meningkat dengan jumlah siswa yang tuntas sebanyak 35 orang (71,42%) dengan siswa yang mendapat nilai baik sebanyak 22 orang (44,89%), siswa dengan nilai cukup sebanyak 13 orang (56,53%), dan siswa dengan kategori kurang sebanyak 14 orang (28,56%) siswa. Dengan rata-rata sebelum perlakuan sebesar $46,9 \pm 13$ dan setelah diberi perlakua meningkat menjadi $72 \pm 10,8$ dengan selisih 25,7%.

B. SARAN

1. Penelitian ini memiliki keterbatasan dana pada saat proses pemuatan film, sehingga kualitas film yang dibuat oleh peneliti kurang maksimal. Dana menjadi sala satu hal penting yang perlu diperhatikan dalam pembuatan media film pendek.
2. Penelitian ini dapat menjadi penelitian lanjutan lebih mendalam untuk melihat peningkatan sikap dan tindakan siswa terhadap makan pagi setelah diberikannya pengetahuan mengenai pentingnya makan pagi melalui media informasi film pendek. Selain siswa orang tua siswa juga dianggap perlu untuk diberikan pengetahuan mengenai pentingnya makan pagi.

3. Untuk pihak sekolah dapat membuat program untuk memberikan informasi pendidikan gizi kepada siswa dan orang tua siswa dalam upaya peningkatan perilaku siswa terhadap kesehatan. Informasi gizi sebisa mungkin disampaikan kepada siswa baik melalui guru atau melalui media informasi lainnya, hal ini dapat membantu pemerintah dalam upaya peningkatan mutu kesehatan di Indonesia dari kekurangan gizi.
4. Penelitian ini juga tidak mengukur faktor lain yang dapat mempengaruhi pendidikan kesehatan misalnya keluarga, budaya, ataupun lingkungan. Namun, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan makan pagi yang baik dimulai dari rumah, peran orang tua sangat berpengaruh kepada kebiasaan makan pagi anak. Orang tua diharapkan lebih peduli dan mulai memperhatikan kebutuhan gizi anak.
5. Untuk siswa disarankan setelah mendapatkan pengetahuan mengenai pentingnya makan pagi terjadi perubahan sikap dan tindakan untuk peduli akan kesehatan tubuh terutama dengan membiasakan diri untuk makan pagi setiap hari.
6. Kampanye pendidikan gizi dapat lebih digencarkan oleh pemerintah baik penyuluhan kepada anak-anak usia sekolah maupun masyarakat umum dengan menggunakan media yang lebih menarik dan interaktif.