BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

1.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media edukasi Mobile Mading terbukti efektif meningkatkan pengetahuan siswa kelas 3 SMA di Kecamatan Siborongborong Kabupaten Tapanuli Utara tentang pencegahan *osteoporosis*. Pengetahuan siswa meningkat signifikan setelah intervensi Mobile Mading, dengan rata-rata skor pretest 10,77 dan posttest 20,14, menunjukkan peningkatan sebesar 9,37 poin ($p < 0,05$). Oleh karena itu, *Mobile* Mading dapat dijadikan media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai aktifitas fisik dan pola hidup sehat untuk mencegah *osteoporosis*.

1.2. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan yang diperoleh maka saran pada penelitian ini adalah :

1. Bagi Sekolah, diharapkan dapat memanfaatkan media edukasi seperti *mobile* mading untuk memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai *osteoporosis*, tidak hanya kepada siswa tetapi juga kepada guru, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang lebih peduli terhadap kesehatan tulang sejak usia dini.
2. Bagi Remaja, khususnya siswa sekolah menengah, diharapkan agar lebih aktif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan, terutama dalam hal pencegahan penyakit degeneratif seperti osteoporosis melalui sumber informasi yang menarik dan mudah dipahami.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data awal atau referensi untuk penelitian lanjutan yang berkaitan dengan efektivitas media edukasi, khususnya *mobile* mading, terhadap peningkatan pengetahuan remaja dalam berbagai aspek kesehatan lainnya.

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY