

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penulis mendapatkan hasil:

1. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita antara sebelum dan sesudah penyuluhan rata-rata skor hasil *pre test* 72,07 dan *post test* 80,83; standar deviasi *pre test* 6,096 standar deviasi *post test* 5,903; nilai tertinggi *pre test* 81,25 sebanyak 5 orang, nilai tertinggi *post test* 93,75 sebanyak 2 orang, nilai terendah *pre test* 62,25 sebanyak 1 orang dan nilai terendah 68,75 *post test* sebanyak 1 orang.
2. Tingkat pengetahuan ibu hasil *pre test* kelompok eksperimen sebanyak 5 orang (16,67 %) kategori pengetahuan baik, 25 orang (83,33 %) dikategorikan pengetahuan cukup dan *post test* sebanyak 20 orang (66,67 %) dikategorikan pengetahuan baik dan 10 orang (33,33%) kategori pengetahuan cukup.
3. Hasil analisis data menunjukkan $z_{hitung} (-4.197) < z_{tabel} (-1.645)$ artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai makanan bergizi seimbang.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah diberi penyuluhan, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Media program *flash* tentang makanan bergizi seimbang untuk balita dapat diterapkan pada program instansi kesehatan (posyandu) dalam melakukan

penyuluhan gizi serta proses pembelajaran pada mata kuliah yang berkaitan dengan gizi balita.

2. Diharapkan hasil penelitian dapat menambah referensi khususnya tentang makanan bergizi seimbang sehingga dapat untuk memperluas pengetahuan mahasiswa dalam penelitian serupa.
3. Upaya peningkatan pengetahuan mengenai makanan bergizi seimbang untuk balita bisa dilakukan dengan berbantuan media program *flash*.