

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dalam pemberian makanan pada anak balita diperoleh tiga hasil sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan edukasi menggunakan media multi audio visual sebagian besar berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 62 responden sedangkan 2 responden berada pada kategori cukup. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar ibu telah memiliki pengetahuan yang baik sebelum diberikan intervensi.
2. Sesudah diberikan edukasi menggunakan media multi audio visual, tingkat pengetahuan ibu mengalami peningkatan. Sebanyak 63 responden memiliki pengetahuan kategori baik, sedangkan 1 responden memiliki pengetahuan kategori cukup.
3. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media multi audio visual mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dalam pemberian makanan pada anak balita. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi menggunakan media multi audio visual terhadap pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dalam pemberian makanan pada anak balita di Dusun Jatirejo.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Ibu Balita

Sebagai upaya meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang, ibu balita diharapkan dapat menerapkan informasi yang telah diperoleh dalam pemberian makanan sehari-hari sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Selain itu, ibu diharapkan dapat berbagi informasi kepada anggota keluarga maupun ibu balita lainnya sehingga pemahaman mengenai pentingnya gizi seimbang semakin meningkat dan dapat mendukung pertumbuhan serta perkembangan balita secara optimal.

### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi puskesmas, posyandu, dan tenaga kesehatan dalam mengembangkan program edukasi gizi seimbang. Media multi audio visual dapat dimanfaatkan sebagai media pendidikan kesehatan yang menarik dan mudah dipahami untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pada balita.

### 3. Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pentingnya gizi seimbang serta pemanfaatan media multi audio visual sebagai sarana edukasi dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan pada balita.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan jumlah responden yang lebih besar, mengembangkan desain penelitian yang lebih kuat, serta menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi pengetahuan ibu, seperti tingkat pendidikan, dukungan keluarga, dan akses informasi. Selain itu, pelaksanaan penyuluhan disarankan dilakukan oleh peneliti sendiri dan tidak bersamaan dengan kelompok atau peneliti lain agar suasana edukasi lebih kondusif, responden lebih fokus mengikuti penyuluhan, dan penyampaian materi dapat berlangsung secara optimal.

