

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

- 5.1.1 Karakteristik responden di SMP Negeri 10 Kota Bengkulu menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kelompok remaja madya, berjenis kelamin laki-laki, tidak memiliki riwayat keluarga menderita diabetes, dan belum pernah menerima edukasi mengenai diabetes melitus.
- 5.1.2 Sebelum diberikan edukasi gizi, skor pengetahuan tentang diabetes remaja di antara siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2026 menunjukkan rata-rata skor kelompok intervensi sebesar 67,33 dan kelompok kontrol sebesar 66,70.
- 5.1.3 Setelah diberikan edukasi gizi, skor pengetahuan siswa tentang diabetes remaja di SMP Negeri 10 Kota Bengkulu tahun 2026 menunjukkan peningkatan. Kelompok yang menerima intervensi memiliki rata-rata skor sebesar 91,55, sementara kelompok kontrol memiliki rata-rata skor sebesar 81,77.
- 5.1.4 Skor pola konsumsi minuman kemasan sebelum diberikan edukasi gizi pada siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2026 menunjukkan rata-rata skor kelompok intervensi sebesar 13,4, sedangkan kelompok kontrol sebesar 13,8.
- 5.1.5 Skor pola konsumsi minuman kemasan sesudah diberikan edukasi gizi pada siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2026 menunjukkan rata-

rata skor kelompok intervensi menurun menjadi 12,8, sedangkan kelompok kontrol menurun menjadi 13,5.

5.1.6 Terdapat perbedaan skor pengetahuan tentang diabetes remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi pada siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2026 baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol ($p<0,05$).

5.1.7 Terdapat perbedaan skor pola konsumsi minuman kemasan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi pada siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2026 baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol ($p<0,05$).

5.1.8 Terdapat pengaruh edukasi gizi dengan media *flashcard* terhadap peningkatan pengetahuan tentang diabetes remaja dan penurunan pola konsumsi minuman kemasan pada siswa SMP Negeri 10 Kota Bengkulu Tahun 2026 dengan ($p<0,05$)

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan dan sumber informasi dalam memajukan ilmu pengetahuan di bidang gizi, terutama dalam hal edukasi gizi tentang diabetes pada remaja, pola minum minuman kemasan, serta penggunaan media *flashcard* sebagai alat edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan tingkah laku sehat pada remaja.

5.2.2 Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan bisa memberi pemahaman lebih kepada remaja tentang diabetes melitus, faktor-faktor yang bisa menyebabkan penyakit tersebut, serta pentingnya mengurangi penggunaan minuman kemasan yang mengandung banyak gula. Selain itu, penelitian ini diharapkan bisa membuat remaja lebih sadar untuk menjalani gaya hidup sehat, sehingga bisa mencegah terjadinya diabetes lebih awal.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berikutnya diharapkan bisa melakukan penelitian dengan durasi intervensi yang lebih lama, jumlah sampel yang lebih banyak, serta menambahkan variabel lain seperti kegiatan fisik, kondisi gizi, dan pengukuran kadar gula darah agar hasil penelitian menjadi lebih menyeluruh.