

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan judul skripsi, kesimpulan utama yang diharapkan (dengan asumsi hipotesis terbukti) adalah:

1. Karakteristik responden pada penelitian ini menunjukkan rerata usia responden 17.93 ± 2.023 , rerata jenis kelamin 1.56 ± 0.500 , rerata pendidikan 1.99 ± 0.617 , rerata pekerjaan 1.54 ± 0.502 .
2. Terdapat Pengaruh edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap perilaku remaja dalam pencegahan diabetes mellitus.
- 3.

B. Saran

Saran diberikan kepada pihak-pihak terkait untuk menindaklanjuti temuan penelitian:

1. Bagi Remaja
Remaja disarankan untuk secara aktif menerapkan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan dini Diabetes Melitus (DM). Hal ini meliputi menjaga pola makan seimbang (mengurangi konsumsi makanan tinggi gula/lemak seperti *junk food* dan minuman manis), meningkatkan aktivitas fisik, dan memantau berat badan ideal. Remaja juga dianjurkan untuk memanfaatkan media edukasi audio visual yang tersedia (seperti video atau animasi) sebagai sumber informasi yang interaktif dan mudah dipahami untuk memotivasi perubahan perilaku jangka panjang.
2. Bagi Puskesmas
Puskesmas diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar inovasi dalam program promosi kesehatan dan pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang lebih menarik dan relevan bagi generasi muda di wilayah kerjanya. Puskesmas dapat mengoptimalkan penggunaan media audio visual sebagai metode standar dalam penyuluhan kesehatan di sekolah-sekolah atau posyandu remaja untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang risiko DM.
3. Bagi Orang Tua
Orang tua didorong untuk meningkatkan kewaspadaan dan pengetahuan mengenai pentingnya pola hidup sehat dalam keluarga untuk mencegah DM. Orang tua sebaiknya berperan aktif dalam mengawasi dan menyediakan asupan gizi seimbang di rumah,

serta mendukung aktivitas fisik anak, sehingga lingkungan keluarga secara tidak langsung memperkuat pesan edukasi kesehatan yang diterima remaja.

4. Bagi Masyarakat

Masyarakat disarankan untuk lebih peduli terhadap isu kesehatan, khususnya pencegahan DM, dengan mengimplementasikan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan dan memotivasi untuk melakukan deteksi dini serta saling mendukung dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi kesehatan bersama.

5. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau studi pendahuluan untuk penelitian selanjutnya mengenai Diabetes Mellitus atau penyakit tidak menular lainnya. Peneliti lain dapat mengembangkan penelitian serupa dengan menggunakan jenis media yang berbeda atau mengkaji lebih dalam faktor-faktor lain yang memengaruhi perilaku kesehatan remaja.