

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan intervensi edukasi booklet, tingkat pengetahuan mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena tentang pencegahan diabetes mellitus sebagian besar berada pada kategori kurang dan cukup, dengan nilai rata-rata (mean) pretest yang lebih rendah dibandingkan setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum intervensi, mahasiswa belum memiliki pemahaman yang optimal mengenai pencegahan diabetes mellitus.
2. Sesudah diberikan intervensi edukasi booklet, tingkat pengetahuan mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena tentang pencegahan diabetes mellitus mengalami peningkatan dan sebagian besar berada pada kategori baik. Nilai rata-rata (mean) posttest lebih tinggi dibandingkan pretest, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman mahasiswa setelah diberikan edukasi menggunakan booklet.

3. Hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data skor pretest dan posttest memiliki nilai signifikansi kurang dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua data tidak berdistribusi normal.
4. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest.
5. Edukasi booklet terbukti sebagai media
Edukasi booklet terbukti sebagai media edukasi yang efektif dan mudah dipahami oleh mahasiswa, karena mampu meningkatkan pengetahuan pencegahan diabetes mellitus secara signifikan dalam waktu yang relatif singkat, serta dapat digunakan sebagai media edukasi kesehatan yang praktis dan berkelanjutan.

5. 2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan keterbatasan yang ada, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Institusi Pendidikan

Edukasi kesehatan melalui media booklet dapat dijadikan sebagai salah satu metode pembelajaran atau promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa, khususnya terkait pencegahan penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus.

2. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian terhadap pencegahan diabetes mellitus dengan menerapkan informasi yang diperoleh dari edukasi booklet dalam kehidupan sehari-hari, seperti pola makan sehat, aktivitas fisik yang teratur, dan gaya hidup sehat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan media edukasi lain atau mengombinasikan booklet dengan metode edukasi interaktif, serta menambahkan variabel lain seperti sikap dan perilaku, agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif.