

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Banyak makanan dan minuman yang dikonsumsi sehari – hari yang ternyata mengandung banyak gula yang apabila konsumsinya tidak dibatasi atau berlebih dalam jangka panjang, maka dapat menyebabkan banyak penyakit termasuk salah satu penyakit yang berbahaya dan tidak dapat disembuhkan yaitu diabetes. Anak – anak merupakan salah satu kategori yang menyukai makanan – makanan yang manis. Tidak hanya orang dewasa saja yang bisa terkena penyakit – penyakit yang dapat disebabkan oleh gula, tapi anak kecil juga. Namun masih banyak yang belum mengerti mengenai batasan konsumsi gula harian dan mengerti mengenai kandungan gula yang ada pada makanan dan minuman sehari – hari.

Maka dari permasalahan tersebut, dilakukan perancangan *board game* yang bisa mengedukasi baik orang tua dan anaknya melalui aktivitas bermain. Melalui *board game* ini orang tua bisa lebih menyadari mengenai bahaya konsumsi gula yang terlalu banyak dan mulai membatasi konsumsi gulanya dan anaknya sejak dini. *Board game* diberikan secara gratis agar orang tua bisa dengan mudah mendapatkan *board game* ini.

5.2 Saran

- Orang tua diharapkan untuk memperhatikan konsumsi gula baik untuk diri sendiri maupun untuk anaknya karena dari konsumsi gula yang berlebih dapat disebabkan banyak penyakit yang merugikan diri sendiri.
- Dengan adanya media edukasi interaktif ini, anak – anak bisa menumbuhkan kesadaran pada dirinya sendiri mengenai pembatasan konsumsi gula dan bisa memberi tahu teman – temannya.