

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

- a. Setelah penulis mencari dan mengolah data mengenai sarapan pagi dan juga membuat *survey* pada masyarakat dapat disimpulkan bahwa sarapan pagi merupakan hal yang sederhana namun sangat penting untuk kesehatan tubuh manusia. Namun seringkali masyarakat melewatkan sarapan pagi dengan berbagai alasan diantaranya adalah tidak ada waktu, tidak terbiasa, dan terburu-buru pergi. Hal ini juga seringkali terjadi pada para karyawan yang belum berkeluarga atau tinggal jauh dari orang tua.

- b. Penulis merancang kampanye pentingnya sarapan pagi ini untuk mengajak masyarakat Bandung agar tidak melewatkan sarapan pagi dan membiasakan diri untuk selalu sarapan. Penulis mengkampanyekan sarapan pagi ini melalui poster, iklan koran, *billboard*, *booklet*, membagikan *gimmick* dan juga mengadakan *event*. Penulis membuat desain untuk media kampanye ini menggunakan analogi karyawan yang sehat dan bersemangat dengan siluet superhero. Dengan ini, masyarakat akan termotivasi untuk selalu sarapan pagi, karena dengan sarapan pagi akan mempengaruhi kinerja mereka di kantor. Sehingga mereka pun akan seperti tokoh *superhero* yang digambarkan selalu sehat, cekatan, cerdas, dan bersemangat karena selalu sarapan pagi. Warna yang digunakan dalam media kampanye juga merupakan warna-warna yang dapat menarik perhatian dan membangkitkan semangat. *Booklet* juga merupakan media yang sangat berguna bagi kampanye ini karena dapat memberi informasi yang lebih lengkap seputar sarapan dan juga memberikan resep sarapan yang dapat memudahkan mereka untuk menyiapkan sarapan yang sehat dan praktis.

- c. Diharapkan dengan diadakannya kampanye ini terutama masyarakat Bandung lebih peduli lagi terhadap kesehatan mereka dengan membiasakan diri untuk selalu sarapan setiap paginya. Kebiasaan ini juga diharapkan dapat terus diterapkan pada anak-anak mereka saat mereka berkeluarga. Dengan ini, diharapkan produktivitas dan semangat kerja para karyawan dapat lebih bertambah dan semakin baik.

5.2 Saran

- a. Saran untuk Dinas Kesehatan Jawa Barat :
 - Memberikan penyuluhan untuk hal-hal sederhana yang penting seperti sarapan pagi ini kepada masyarakat ke seluruh daerah di Indonesia
 - Lebih peduli terhadap gaya hidup masyarakat yang dapat mempengaruhi kesehatan mereka.
- b. Saran untuk Yayasan Eureka Indonesia :
 - Membuat desain untuk promosi kesehatan dengan yang menarik dan konseptual sehingga pesan dapat tersampaikan dengan baik dan juga dapat merubah pola pikir masyarakat pada topik yang diangkat.
- c. Saran untuk seluruh karyawan di Bandung :
 - Membiasakan diri untuk selalu sarapan pagi agar dapat menunjang semangat dan produktivitas kerja sehingga lebih sukses dan berprestasi.
 - Memiliki pola hidup yang sehat dan seimbang