

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan dan saran**

##### **5.1.1 Kesimpulan**

Pencegahan obesitas harus ditanamkan sejak dini, untuk bekal anak hingga dia dewasa. Cerita buku ini diikuti dengan contoh kegiatan anak dalam kehidupan sehari-hari agar anak dengan melihat dan mendegar dapat melakukannya dalam kehidupan sehari-hari.

Bercerita dan bercakap-cakap dengan anak adalah kegiatan yang sangat baik untuk mengajarkan anak berbagai banyak hal serta memahami keadaan pikiran anak. Lalu waktu kebersamaan dan komunikasi yang berkualitas dengan orang tua dan anak sangat penting.

Perancangan media komunikasi visual untuk menginformasikan mengenai pencegahan obesitas menggunakan buku cerita dengan karakter hewan, warna-warna yang menarik untuk anak dan juga tedapat interaktif untuk anak. Dengan dirancangnya buku cerita ini diharapkan dapat menyampaikan informasi dengan menyenangkan dan menarik.

##### **5.1.2 Saran**

Berdasarkan kesimpulan diatas, anak-anak memerlukan media informatif yang menarik mengenai pencegahan obesitas agar anak-anak dapat terhindar dari obesitas dan mengetahui dampak-dampak yang terjadi jika mengalami obesitas dan menggunakan warna-warna yang dapat menarik anak.