

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan beberapa hasil sebagai berikut :

1. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada usia 9 tahun.
2. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada jenis kelamin laki-laki.
3. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada anak yang orang tuanya memiliki riwayat obesitas.
4. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada anak yang orang tuanya memiliki pendapatan di atas UMP.
5. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa prevalensi obesitas terbanyak terjadi pada anak yang mengkonsumsi jenis makanan tidak beragam.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan beberapa hasil sebagai berikut :

5.2.1 Bagi Sekolah Dasar Terkait

Saran yang dapat diberikan kepada sekolah adalah agar dapat mendorong siswanya untuk menerapkan perilaku hidup sehat melalui pemantauan status gizi, asupan makanan siswa, dan pemberian edukasi kepada siswa mengenai bahaya obesitas serta pencegahannya. Menyediakan kantin sehat yang menjual berbagai makanan utama dan makanan ringan yang menyehatkan, yaitu bergizi, higienis, dan aman untuk dikonsumsi.

5.2.2 Bagi Puskesmas

Saran yang dapat diberikan kepada Puskesmas adalah agar melakukan pemantauan rutin terhadap status gizi siswa sekolah dasar di wilayah kerjanya dengan cara pengukuran IMT, serta sosialisasi mengenai edukasi gizi yang baik dan cara pencegahan obesitas.

5.2.3 Bagi Masyarakat

Saran yang dapat diberikan kepada orang tua adalah agar lebih memperhatikan asupan gizi anak-anaknya supaya tidak berlebih, dan rutin melakukan pengukuran IMT kepada anak-anak mereka. Sehingga dapat mencegah terjadinya obesitas yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit di masa yang akan datang.

5.2.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian lanjutan. Untuk Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai acuan, dengan mengembangkan variabel yang lebih lengkap dan penulisan menggunakan desain yang lebih bagus serta sampel yang lebih representatif.