

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian ini mengenai Profil Lingkar Perut Dan Tekanan Darah Pada Remaja Dengan *Overweight* Dan Obesitas Di Kota Jambi Tahun 2022, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pada penelitian ini, sebagian besar remaja dengan *overweight* dan obesitas berusia 15-16 tahun (remaja menengah) dengan jenis kelamin sebagian besar perempuan (52,9%).
2. Pada penelitian ini, sebagian besar remaja dengan jenis kelamin perempuan mengalami lingkar perut obesitas yaitu sebesar (60,0%), sedangkan sebagian besar lingkar perut pada laki laki normal (51,9%).
3. Pada penelitian ini, sebagian besar tekanan darah responden *overweight* dan obesitas yang berjenis kelamin perempuan dan laki-laki adalah normal, yaitu perempuan sebesar (51,1%) dan laki-laki sebesar (48,9%).
4. Pada penelitian ini, sebagian besar remaja yang mengalami *overweight* dan obesitas adalah berjenis kelamin perempuan, dimana jenis kelamin perempuan yang *overweight* sebesar (53,0%) dan obesitas sebesar (52,6%).

4.2 Saran

1. Saran untuk Instansi Pendidikan dan Kesehatan melakukan pemantauan dan evaluasi lebih rutin terhadap kesehatan remaja di Kota Jambi khususnya pada siswa dan siswi di Sekolah Negeri maupun Sekolah Swasta.
2. Saran untuk penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai profil lingkaran perut dan tekanan darah serta status gizi dengan ruang lingkup yang lebih luas.
3. Saran untuk individu yang melakukan penyuluhan baik dari guru di sekolah maupun orangtua, dapat melakukan penyuluhan mengenai apa saja faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *Overweight* dan Obesitas dan secara rutin mengevaluasi IMT siswa dan siswi serta upaya pencegahannya.