

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian ini didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi genotip AT didapatkan paling tinggi pada populasi penelitian ini, diikuti oleh genotip TT dan genotip AA adalah yang paling rendah.
2. Variasi genetik FTO rs9939609 A/T memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian Obesitas dan bermakna secara statistik. Subjek dengan genotip AT, AA, dan model resesif AA+AT memiliki risiko lebih tinggi untuk obesitas dibandingkan TT.
3. Variasi genetik FTO rs9939609 A/T memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian obesitas pada kelompok aktivitas fisik tidak aktif dan cukup aktif dan bermakna secara statistik pada genotip AT, AA, dan model resesif AA+AT.

#### **5.2 Saran**

Adapun saran yang dapat diberikan oleh peneliti yaitu :

1. Jumlah subjek pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan jumlah sampel yang lebih besar.
2. Wilayah penelitian diperlukan cakupan wilayah yang lebih luas untuk penelitian selanjutnya.
3. Kepada Masyarakat diharapkan lebih menjaga pola hidup sehat di kehidupan sehari-hari seperti tetap berusaha untuk meluangkan waktu melakukan aktivitas fisik seperti senam, lari kecil selama kurang lebih 10-30 menit dalam seminggu 2-3 kali.