

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara kekuatan genggam tangan dengan indeks massa tubuh pada anak usia 11-12 tahun di Kecamatan Jambi Timur dengan jumlah sampel sebanyak 99 orang, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pada gambaran karakteristik indeks massa tubuh responden, didapatkan bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki indeks massa tubuh dengan IMT tidak normal 66 orang (71,2%) yang terdiri dari 33 responden dengan IMT *overweight* dan 33 lainnya dengan IMT *underweight*.
2. Pada gambaran karakteristik kekuatan genggam tangan responden, sebagian besar responden memiliki kekuatan genggam tangan yang tidak normal sebanyak 76,8 %.
3. Pada gambaran karakteristik kekuatan genggam tangan berdasarkan usia, sebagian besar responden berusia 11 tahun 98%, dan memiliki kekuatan genggam tangan yang tidak normal, 76,8%.
4. Pada gambaran karakteristik kekuatan genggam tangan berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar berada pada kelompok perempuan 63,6% dan memiliki kekuatan genggam tangan tidak normal 54,5%.
5. Pada gambaran karakteristik kekuatan genggam tangan berdasarkan aktivitas fisik, sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik kurang 51,5% dengan kekuatan genggam tangan tidak normal 44,4%.
6. Terdapat hubungan antara kekuatan genggam tangan dengan indeks massa tubuh *overweight* dan *underweight* pada anak usia 11-12 tahun di Kecamatan Jambi Timur Kota Jambi. Anak dengan kekuatan genggam tangan tidak normal berisiko sekitar 14 kali lebih tinggi mengalami status IMT tidak normal dibandingkan dengan anak yang memiliki kekuatan genggam tangan normal, seperti yang ditunjukkan oleh nilai *Prevalence Ratio* (PR) sebesar 14,640.

5.2 Saran

Berdasarkan keseluruhan proses penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kekuatan genggam tangan dengan indeks massa tubuh pada anak usia 11-12 tahun di kecamatan Jambi Timur, peneliti dapat menyarankan beberapa hal antara lain:

1. Disarankan untuk melakukan skrining kekuatan genggam tangan dan indeks massa tubuh secara berkala pada anak usia sekolah. Hal ini bertujuan untuk mendeteksi dini anak yang mengalami masalah gizi dan kekuatan otot, sehingga dapat dilakukan intervensi yang tepat.
2. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan kekuatan genggam tangan dengan indeks massa tubuh pada pelajar sekolah dasar dan menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.