

Dukungan ini sangat penting pada proses penurunan berat badan pada anak karena anak membutuhkan perhatian dari keluarga terutama untuk pencegahan obesitas/kegemukan yang dapat memicu kedepannya.

Terapi lain selain melempar bola didukung oleh peneliti Ajeng Syahriani (2019) ada kemampuan fisik yang melibatkan otot besar seperti berlari, melompat, melempar, mengendarai sepeda roda tiga tujuannya untuk melihat motorik kasar dan penurunan berat badan .



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil pengkajian pada klien pertama Tn I dan Ny S didapatkan hasil An R berat badan pada hari pertama 33,20 kg dan setelah diberikan intervensi pada hari pertama didapatkan penurunan berat badan menjadi 33,17 kg, dan Ny S mengatakan sudah membatasi makan-makanan cepat saji dan lebih memilih makanan buatan sendiri An R. An R suka sekali makan-makanan sayuran dan buah-buahan, hanya saja An R suka sekali makanan yang manis. Dan Ny S mengatakan Tn I sudah mulai mengontrol makanannya dan rutin meminum obat dan kontrol ke rumah sakit untuk mengecek keadaan kesehatannya.

Hasil pengkajian pada klien kedua Tn S dan Ny W didapatkan hasil An A berat badan pada hari pertama 26,05 kg dan setelah diberikan intervensi pada hari pertama didapatkan penurunan berat badan menjadi 26,03 kg, dan Ny W mengatakan sudah membatasi minum susu formula pada malam hari dan sudah membatasi porsi makan dan lebih diperbanyak makan yang sehat seperti buah-buahan dan sayuran. Dan Ny W mengatakan Tn S sudah mulai mengontrol makanannya dan rutin meminum obat jika hipertensinya tinggi dan istirahat yang cukup.

Hasil intervensi yang dilakukan oleh peneliti yaitu terapi aktivitas melempar bola untuk obesitas pada anak selama seminggu 3 kali dalam durasi 20 menit. Selama aktivitas melempar bola dan menjaga pola makan dengan baik maka dapat disimpulkan bahwa aktivitas melempar bola sangat efektif dan mudah di praktikan bagi anak dan keluarga sambil bermain dan dapat dilakukan secara mandiri dan didampingi.

Ketika sudah dilakukannya intervensi dan edukasi tentang obesitas pada anak dan melakukan aktivitas melempar bola selama 3 kali dalam 1 minggu, dari dua keluarga memiliki perbedaan dari keluarga Tn I dan Ny S, sudah mengerti apa itu obesitas pada anak namun keluarga Tn I dan Ny S masih saja memberikan jajanan dari luar dan memberikan makanan junk food/cepat saji kepada anaknya, jika permintaan anaknya tidak dipenuhi maka anaknya suka

mengamuk atau marah, dan Ny S sekarang mengatakan suka mengajak aktivitas fisik selain melempar bola Ny S mengatakan sering di ajak berjalan-jalan ke taman dan diselingi bermain sepeda agar anaknya memiliki kegiatan aktivitas.

Keluarga kedua Tn S dan Ny W setelah dilakukan edukasi dan melakukan aktivitas melempar bola, Ny W mengatakan anaknya sangat senang bermain melempar bola dan sudah mengurangi bermain ponsel serta Ny W sudah mengerti apa itu obesitas, tanda dan gejala, pencegahannya Ny W mengatakan sudah membatasi minum susu formula pada anaknya dan Ny W selalu menyiapkan timbangan dirumahnya untuk mengetahui berat badan anaknya.

5.2 Saran

5.2.1. Bagian Keilmuan

Hasil studi ini menjadi bentuk penanganan obesitas/kegemukan pada anak melalui intervensi unggulan berupa terapi aktivitas fisik melempar bola dalam asuhan keperawatan pada keluarga dengan diagnosa medis obesitas, sehingga kemandirian keluarga dapat meningkatkan. Meningkatkan berat badan berlebih pada anak yang perlu diperhatikan kesehatannya sebelum melakukan intervensi. Peneliti menyarankan adanya penelitian lanjutan mengenai dukungan keluarga dan membantu untuk menjaga pola makan anak sehingga obesitas/kegemukan dapat teratasi dan disertai melakukan intervensi terapi aktivitas fisik melempar bola yang dapat melatih motorik kasar dan anak menjadi lebih aktif dan bergerak sehingga dapat menurunkan berat badan secara perlahan dan disertai dengan pola makan yang baik dan sehat.

5.2.2. Bagi Aplikatif

✓ Penulis

Hasil studi kasus ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman dalam menerapkan terapi non farmakologi pada keluarga dengan diagnosa medis obesitas/kegemukan pada anak dengan terapi aktivitas melempar bola. Penulis dapat memperhatikan tingkat penurunan berat badan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada anak.

✓ Puskesmas

Hasil studi kasus ini dapat menjadi bentuk penanganan dan pengalaman dalam menerapkan intervensi non farmakologi pada keluarga anak dengan diagnosa medis obesitas/kegemukan pada anak. Berdasarkan studi kasus ini perawat dapat memperhatikan dan dapat memantau berat badan anak serta pola makan anak yang diberikan pada saat dilakukannya intervensi agar hasilnya optimal.

✓ Masyarakat /Klien

Hasil studi ini dapat menjadikan pengetahuan kepada Masyarakat atau keluarga dalam meningkatkan kemandirian keluarga dalam melakukan perawatan sederhana melalui intervensi terapi aktivitas fisik melempar bola untuk obeistas pada anak. Sebelum dilakukannya intervensi keluarga dapat memperhatikan dukungan kepada anggota keluarga dan memperhatikan pola makan anak sehingga hasil intervensi dapat tercapai.