

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang telah dilakukan dalam mengetahui hubungan faktor genetik dan aktivitas fisik dengan terjadinya obesitas pada siswa-siswi usia sekolah di SD Negeri 06 Beji Depok, peneliti menyimpulkan sebagai berikut :

5.1.1 Sebagian besar partisipan pada penelitian ini merupakan Perempuan sebanyak 111 responden (55,5%), responden yang memiliki IMT obesitas sebanyak 49 responden (24,5%), responden yang berisiko terjadinya obesitas karena faktor genetik sebanyak 74 responden (37,0%) dan responden yang memiliki Tingkat aktivitas fisik rendah sebanyak 157 responden (78,5%).

5.1.2 Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor genetik dan aktivitas fisik dengan terjadinya obesitas pada siswa-siswi SD Negeri Beji 06.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

Diharapkan responden dapat mengurangi pola hidup yang tidak aktif dan meningkatkan aktivitas fisik agar terhindar dari terjadinya obesitas.

5.2.2 Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai acuan untuk menghindari dari situasi yang serupa sekaligus mencegah terjadinya tindakan diskriminasi.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya akan memberikan perhatian lebih kepada faktor lain. Faktor yang mempengaruhi terjadinya obesitas, tidak hanya dari faktor genetik, pola makan, dan aktivitas fisik saja tetapi ada banyak faktor lain.

