

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil dan temuan penelitian, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Dari 61 responden, mayoritas responden tidak mengalami obesitas yaitu 31 (50,8%) balita, mayoritas responden tidak memiliki riwayat kegemukan pada orangtuanya yaitu 34 (55,7%) balita, mayoritas responden memiliki pola makan yang baik yaitu 32 (52,5%) balita, dan mayoritas responden memiliki aktivitas fisik yang baik yaitu 33 (54,1%) balita.
- 2) Ada hubungan riwayat kegemukan orangtua terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen Tahun 2022 dengan *p-value* sebesar 0,030 dan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 3,667.
- 3) Ada hubungan hubungan pola makan terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen Tahun 2022 dengan *p-value* sebesar 0,030 dan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 3,627.
- 4) Ada hubungan aktivitas fisik terhadap obesitas pada balita di Posyandu Kemala Kelurahan Senen Tahun 2022 dengan *p-value* sebesar 0,015 dan nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 4,222.

5.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Orangtua Balita

Diharapkan kepada keluarga terutama orang tua untuk memperhatikan dan meningkatkan aktifitas fisik anak dengan cara berolah raga dan bermain dilapangan, bersepeda dan mengurangi penggunaan gadget agar mampu menjaga berat badan sehingga tidak terjadi obesitas.

2. Bagi Instansi Kesehatan Setempat

Diharapkan kepada instansi kesehatan setempat Kelurahan Senen perlu memberikan perhatian khusus kepada seluruh balita terkait dengan sosialisasi kepada orangtua yang mengenai tentang bahaya penyakit obesitas serta cara-cara mencegah penyakit obesitas. Kemudian, memberikan pengawalan yang lebih kepada seluruh balita agar bisa membiasakan gaya hidup sehat sehingga tidak terjadi hal-hal yang dapat merugikan balita tersebut.

3. Bagi Kader Posyandu Kemala Kelurahan Senen

Diharapkan kepada kader Posyandu Kemala Kelurahan Senen perlu meningkatkan kemampuan dalam promosi kesehatan yang berkaitan dengan gizi pada anak khususnya anak balita dalam pentingnya mengetahui pola konsumsi makanan yang berlebih dan efek yang ditimbulkan supaya tidak terjadi obesitas pada anak balita.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk meneliti dengan cakupan sampel yang lebih besar, menganalisa faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini terkait kejadian obesitas pada anak balita, pun analisis ditingkatkan sampai multivariat sehingga dapat diketahui besaran pengaruhnya, serta dapat menggunakan *mix method* untuk menggali lebih dalam terkait variabel yang sangat berpengaruh terhadap kejadian obesitas pada anak balita.

