

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Hasil karakteristik responden mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa SMPI Al-Hamidiyah dan SMPIT Nururrahman memiliki rentang usia responden antara 12-15 tahun yang didominasi oleh responden berusia 13 tahun.
- b. Konsumsi fast food (*p-value* = 0,001) dan kejadian obesitas pada siswa remaja awal di Kota Depok memperlihatkan adanya hubungan. Hasil *odds ratio* didapat senilai 5,036 (CI = 1,939-13,077) maknanya responden yang sering mengonsumsi fast food mempunyai resiko 5,036 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan responden yang jarang mengonsumsi fast food.
- c. Aktivitas fisik (*p-value* = 0,619) dan kejadian obesitas pada siswa remaja awal di Kota Depok memperlihatkan tidak adanya hubungan. Hasil *odds ratio* didapat senilai 1,747 (CI = 0,278-10,997) maknanya responden yang kurang beraktivitas fisik mempunyai resiko 1,747 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan yang cukup beraktivitas fisik.
- d. Tingkat stres (*p-value* = 0,034) dan kejadian obesitas pada siswa remaja awal di Kota Depok memperlihatkan adanya hubungan. Hasil *odds ratio* didapat senilai 0,232 (CI = 0,067-0,798) Siswa yang mengalami stres memiliki resiko 0,232 kali lebih besar dibandingkan dengan siswa yang tidak mengalami stres.
- e. Konsumsi sayur dan buah (*p-value* = 0,000) dan kejadian obesitas pada siswa remaja awal di Kota Depok memperlihatkan adanya hubungan. Hasil *odds ratio* didapat senilai 5,638 (2,262-12,050) maknanya responden yang kurang mengonsumsi sayur dan buah mempunyai resiko 5,638 kali lebih besar mengalami obesitas dibandingkan dengan responden yang baik mengonsumsi sayur dan buah.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

Perhatikan dan pantau status gizi mereka untuk mencegah problematika kesehatan yang mungkin terjadi di kemudian hari.

V.2.2 Bagi Sekolah

Sekolah perlu secara rutin memberikan penyuluhan pada siswa perihal gizi dan makanan yang harus mereka makan. Sekolah juga diharapkan bisa menyelenggarakan aktivitas pemantauan antropometri secara rutin atau bulanan, seperti mengukur berat dan tinggi badan murid dan siswa. Lalu memperhatikan jajanan dilingkungan sekolah dengan menjual makanan makanan sehat.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Harapannya bisa dipakai sebagai referensi saat menjalankan penelitian di masa yang akan datang dengan memperluas variabel, memakai metode studi yang berbeda atau perbedaan tujuan penelitian.