

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dari 132 responden mengenai Hubungan Sarapan dengan Risiko Obesitas di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta dapat diambil kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian, sebagai berikut :

- a. Gambaran karakteristik terhadap 132 responden pada penelitian diperoleh hasil bahwa rata-rata usia responden berusia 10 tahun, mayoritas jenis kelamin responden yakni perempuan, rata-rata uang jajan responden berkisar Rp 8.628, pendidikan terakhir orang tua mayoritas yakni SMA/Sederajat, ibu rumah tangga menjadi pekerjaan paling banyak pada ibu, pekerjaan ayah paling banyak yaitu karyawan swasta, dan rata-rata penghasilan orang tua sebesar Rp 4.314.015,-
- b. Gambaran kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta menunjukkan bahwa mayoritas memiliki kebiasaan sarapan baik.
- c. Gambaran risiko obesitas pada anak usia sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta memperlihatkan responden dengan IMT normal 98 siswa, sedangkan responden dengan IMT *overweight* sebanyak 34 siswa.
- d. Ada hubungan antara sarapan dan risiko obesitas pada anak usia sekolah di SDN Rorotan 01 Pagi Jakarta dengan nilai p value 0,047 (p value < 0,05) dan OR=0,4 (95% CI ; 0,2-0,9) yang mengartikan bahwa siswa dengan kebiasaan sarapan buruk memiliki risiko obesitas sebesar 0,4 kali.

V.2 Saran

Beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai perbaikan sebagai berikut :

- a. Bagi keluarga
Keluarga khususnya orang tua disarankan untuk dapat membiasakan anak untuk sarapan, memperhatikan asupan gizi anak, terutama saat

sarapan, banyak mencari informasi mengenai gizi seimbang pada anak, memahami kemauan anak untuk sarapan, memberikan pemahaman kepada anak mengenai jajanan sehat, mendampingi anak selalu selama proses tumbuh kembangnya dan memeriksakan kesehatan anak secara rutin.

b. Bagi lembaga pelayanan kesehatan

Pelayanan kesehatan khususnya puskesmas diharapkan bisa menjadi pemberi edukasi kepada pihak sekolah ataupun orang tua mengenai asupan gizi seimbang pada anak, memeriksakan status gizi anak, melakukan sosialisasi bagaimana pola hidup bersih dan sehat serta membina keluarga anak dengan risiko obesitas maupun obesitas.

c. Bagi institusi pendidikan

Institusi pendidikan dapat menjalin kerjasama dengan fasilitas kesehatan terdekat dengan melibatkan mahasiswa berupa pengabdian masyarakat mengenai status gizi anak, perilaku hidup bersih dan sehat, aspek perkembangan anak sesuai usia serta bagi sekolah dapat memaksimalkan penggunaan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dalam upaya meningkatkan kesehatan warga sekolah.

d. Bagi pemerintah

Pemerintah dapat menggalang program bagi masyarakat untuk gerakan sadar akan risiko obesitas, lebih intensif mengadakan kegiatan di masyarakat untuk mendukung Gerakan Tekan Angka Obesitas (GENTAS), memaksimalkan program Penilaian Status Gizi Anak Baru Masuk Sekolah (PSG-ABS) dengan menjalin kerjasama dengan instansi terkait, dalam hal ini pelayanan kesehatan masyarakat atau puskesmas serta dinas pendidikan serta mengadakan pembinaan kantin sehat di setiap sekolah.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk melakukan penelitian dengan desain kualitatif guna menggali faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap risiko obesitas pada anak usia sekolah. Peneliti dapat mencari hubungan pekerjaan orang tua dengan risiko obesitas pada

anak usia sekolah serta direkomendasikan dengan melibatkan subjek lebih banyak.