

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Obesitas menjadi salah satu problematika dalam lingkup kesehatan dunia, dimana kasusnya kian hari semakin meningkat dan tidak semakin berkurang tanpa memandang apakah berasal dari negara maju maupun negara berkembang. Obesitas yang terjadi khususnya pada anak yang sedang bersekolah atau berada di rentang usia anak sekolah mengakibatkan obesitas memberikan dampak besar dalam kesehatan anak karena dapat mengakibatkan terjadinya peningkatan risiko timbulnya penyakit tidak menular dan risiko cacat ketika anak tersebut berusia dewasa. Kelebihan berat badan atau meningkatnya Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai penyakit yang tidak menular, termasuk masalah psikologis, neurologi, paru-paru, jantung dan pembuluh darah, sistem endokrin, pencernaan, ginjal, muskuloskeletal, dan kanker. Setelah menerapkan perawatan keperawatan pada kasus obesitas yang dialami oleh An.N di keluarga Tn.T, ditemukan hasil berikut:

- a. Dari hasil evaluasi, dapat diketahui bahwa An. N memiliki tinggi badan sebesar 152 cm dan berat badan 65 kg. Berdasarkan perhitungan indeks massa tubuh (IMT), diketahui bahwa An. N memiliki IMT sebesar +4,57 SD, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa berat badannya termasuk dalam kategori obesitas untuk anak usia sekolah. An. N memiliki kebiasaan makan makanan siap saji, minuman manis, dan makan lebih dari tiga kali sehari. Selain itu, An. N juga tidak terlalu sering melakukan aktivitas fisik yang berat seperti olahraga atau bersepeda.
- b. Dalam keluarga Tn. T, terdapat anggota keluarga yang mengalami obesitas, khususnya An. N. Hal ini didiagnosis sebagai pemeliharaan kesehatan yang

tidak efektif dan perlu peningkatan nutrisi. (SDKI D. 0030, Hal: 77; SDKI D. 0003, Hal: 258; SDKI D. 0026, Hal: 70).

- c. Menurut pasien yang dirawat, pendidikan kesehatan mengenai obesitas pada anak telah membawa hasil intervensi yang terbukti efektif dalam menurunkan berat badan dan indeks massa tubuh anak-anak yang mengalami obesitas.
- d. Selama dua minggu, dilakukan implementasi dua kali pertemuan yang menghasilkan penurunan berat badan yang signifikan sebesar 1,7 kg pada An. N. Sebelum implementasi, berat badannya adalah 65 kg dan setelah implementasi menjadi 63,4 kg. Terjadi penurunan pada hasil IMT sebesar 0,60 SD, dimana sebelum implementasi mencapai +4,57 SD, dan setelah implementasi menjadi +3,97 SD.

V.2 Saran

V.2.1 Saran Bagi Keluarga dengan Anak Overweight dan Obesitas

Saran bagi keluarga yaitu agar dapat terus memberikan motivasi serta pendampingan bagi anak dalam melaksanakan pola makan yang sehat serta memonitoring kegiatan anak dalam kesehatan khususnya dalam memantau pola makan dan kegiatan fisik yang dilakukan oleh anak baik di rumah maupun di luar rumah, serta meningkatkan pengetahuan dengan membaca dan memahami booklet yang telah diberikan.

V.2.2 Saran Bagi Perawat Komunitas

Saran bagi perawat agar mampu menjalin hubungan dan kepercayaan yang kuat dengan klien untuk dapat melakukan demonstrasi terkait terapi atau intervensi yang diterapkan, dengan memperhatikan dan memberikan informasi apakah intervensi yang diberikan sesuai dengan kondisi klien, serta penting bagi perawat untuk terus menjalin pertemuan sesuai yang telah disepakati dengan klien dan keluarga mengenai pentingnya menegakkan dan mengendalikan obesitas pada anak.

V.2.3 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran bagi peneliti di masa yang akan datang agar dapat lebih memperluas serta mengembangkan pendidikan kesehatan khususnya mengenai obesitas agar dapat menjadi lebih menarik dalam segi pelaksanaannya dan tidak bersifat membosankan. Hal ini agar peneliti dapat lebih mengembangkan intervensi yang dilakukan khususnya pada anak di usia sekolah, serta agar peneliti di masa yang akan datang dapat lebih rinci dalam mencari informasi terkait gabungan intervensi antara aktifitas fisik dan pola makan.