

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan melibatkan 182 responden mengenai Hubungan Pola Makan Terhadap Risiko Obesitas di SDN 01 Limo Kota Depok, kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Gambaran umum karakteristik dari 182 responden penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 10 tahun. Mayoritas responden adalah perempuan. Mayoritas orang tua responden memiliki pendidikan terakhir SMA, dengan pekerjaan mayoritas adalah non ASN. Rata-rata penghasilan orang tua responden adalah di bawah Rp. 5.000.000, dan rata-rata uang jajan responden adalah di atas Rp. 5.000.
- b. Gambaran pola makan pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Limo Kota Depok menunjukkan bahwa mayoritas memiliki pola makan yang tidak teratur
- c. Gambaran umum mengenai risiko obesitas pada anak usia sekolah dasar di SDN 01 Limo Kota Depok menunjukkan bahwa jumlah siswa dengan IMT normal adalah 115, sementara jumlah siswa dengan IMT overweight adalah 67.
- d. Terdapat hubungan antara pola makan dan risiko obesitas pada anak-anak usia sekolah di SDN 01 Limo Kota Depok, dengan nilai P value sebesar 0,001 ($p \text{ value} < 0,05$) dan nilai Odds Ratio (OR) = 0,4 (95% CI: 0,2-0,9). Ini berarti bahwa siswa yang memiliki kebiasaan sarapan yang buruk memiliki risiko obesitas yang 0,4 kali lebih rendah.

V.2 Saran

Berikut beberapa saran dari peneliti yang dapat dijadikan sebagai perbaikan untuk penelitian selanjutnya sebagai berikut :

- a. Bagi Keluarga

Utamanya, orang dewasa disarankan untuk membantu anak memahami pentingnya makan, terutama pada waktu makan. Banyak orang yang mencari informasi mengenai perkembangan sistem pencernaan anak, memahami keengganan anak untuk makan, menanamkan kebiasaan makan sehat pada anak, dan memantau perkembangannya secara konsisten.

b. Bagi pelayanan kesehatan

Pelayanan Kesehatan diharapkan dapat membantu mengedukasi pengelola sekolah atau bahkan masyarakat awam mengenai risiko obesitas atau masalah kesehatan lainnya pada anak, serta cara menilai status kesehatan anak dan mensosialisasikannya.

c. Bagi institusi pendidikan

Perguruan tinggi dapat berkolaborasi dengan masyarakat untuk memberikan pelayanan kesehatan dengan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang status kesehatan anak, pentingnya pola hidup sehat dan aman, pentingnya tumbuh kembang bayi sesuai usia, dan bagaimana sekolah dapat memanfaatkan sebaik-baiknya.

d. Bagi pemerintah

Pemerintah dapat menginisiasi program untuk meningkatkan kesadaran akan risiko obesitas, meningkatkan efektivitas program Penilaian Status Gizi Anak Baru Masuk Sekolah (PSG-ABS) dengan berkolaborasi bersama instansi terkait. Salah satu langkahnya adalah memperkuat pengawasan terhadap kantin sehat di sekolah.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan kualitatif guna mengidentifikasi faktor-faktor tambahan yang dapat mempengaruhi risiko obesitas pada anak-anak usia sekolah. Para peneliti dapat mengeksplorasi hubungan antara risiko obesitas pada anak-anak usia sekolah dan dampaknya secara lebih mendalam, serta merekomendasikan perubahan yang lebih terarah berdasarkan temuan mereka.