

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah dijelaskan dalam bab-bab sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat diambil antara lain adalah:

1. Pengetahuan mengenai perilaku berisiko obesitas pada ibu dari siswa/i kelas III SD St. Fransiskus Asisi Jakarta Selatan relatif tinggi.
2. Sikap mengenai perilaku berisiko obesitas pada ibu dari siswa/i kelas III SD Asisi Jakarta Selatan relatif sedang.
3. Tidak adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan dengan pengetahuan mengenai perilaku berisiko obesitas anak pada ibu dari siswa/i kelas III SD St. Fransiskus Asisi Jakarta Selatan.
4. Tidak adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara usia, tingkat pendidikan, dan pekerjaan dengan sikap mengenai perilaku berisiko obesitas anak pada ibu dari siswa/i kelas III SD St. Fransiskus Asisi Jakarta Selatan.
5. Adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan sikap mengenai perilaku berisiko obesitas anak pada ibu dari siswa/i kelas III SD St. Fransiskus Asisi Jakarta Selatan.

7.2. Saran

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka saran yang dapat diberikan demi meningkatkan status kesehatan masyarakat; terutama mencegah terjadinya obesitas pada anak, antara lain adalah:

1. Pihak SD St Fransiskus Asisi

- Membuat suatu media kesehatan (misalnya dalam bentuk *booklet*, brosur, poster, dsb) bagi anak serta orang tua mengenai obesitas pada anak secara lengkap sehingga para orang tua dapat membekali diri dalam hal mencegah terjadinya obesitas pada anak-anaknya sehingga

pengetahuan mengenai obesitas dan pencegahannya akan semakin meningkat.

- Membuat kegiatan makan bersama dengan menu yang mencakup 4 sehat 5 sempurna untuk memperkenalkan makanan yang bergizi kepada anak-anak maupun orang tua.
- Memperbanyak aktivitas dalam kegiatan belajar-mengajar yang dapat memacu anak untuk banyak bergerak. Misalnya, ketika belajar Sains mengenai bunga, guru mengajak para siswa berjalan-jalan di taman sekolah, dsb.

2. Pihak orang tua, khususnya para ibu dari siswa/i kelas III SD Asisi Jakarta Selatan.

- Lebih aktif dalam mencari informasi (dari media apa saja, misalnya internet) mengenai obesitas pada anak, penyebab, serta dampaknya. Hal tersebut dilakukan demi meningkatkan pengetahuan serta sikap orang tua, sehingga anak dapat terbebas dari ancaman obesitas. Jika perlu, anak disertakan dalam pencarian informasi ini.
- Lebih memperhatikan pola makan yang dilakukan oleh anak-anak. Bahkan, jika sempat, membuat rencana tertulis mengenai makanan sehat yang akan dikonsumsi anak.
- Lebih memperhatikan aktivitas fisik yang dilakukan anak, dan sebisa mungkin terlibat dengan aktivitas tersebut sehingga anak akan semakin menyukainya.

3. Petugas kesehatan.

- Menyusun suatu program pencegahan kejadian obesitas pada anak, terutama dengan memberikan pengetahuan kepada para ibu dari berbagai usia, tingkat pendidikan, serta kelas sosial mengenai obesitas pada anak. Informasi yang saling melengkapi dari berbagai pihak diyakini dapat semakin meningkatkan pengetahuan para ibu, dan nantinya sikap mereka akan semakin kondusif mengenai hal ini.

4. Peneliti lain.

- Disarankan agar dapat meneliti variabel yang belum diteliti dalam kaitannya dengan pengetahuan dan sikap ibu mengenai perilaku berisiko obesitas, misalnya faktor internal ibu (pengalaman, informasi yang diperoleh sebelumnya, dsb).
- Disarankan agar dapat melakukan penelitian dengan topik yang sama, namun dengan metode yang berbeda yaitu *Focus Group Discussion* (FGD) ataupun *In-Depth Interview*. Hal ini dilakukan agar hasil yang diperoleh dapat lebih mendalam, dan karenanya lebih maksimal.

