

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan tujuan dari studi literatur mengenai faktor yang berhubungan dengan obesitas pada remaja putri, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Dari artikel yang dianalisis ditemukan adanya hubungan faktor aktivitas fisik remaja putri dengan obesitas. Rendahnya tingkat aktivitas fisik remaja putri menyebabkan terjadinya penimbunan kalori yang disimpan pada tubuh dalam bentuk lemak.
2. Dari artikel yang dianalisis ditemukan adanya hubungan faktor pola makan remaja putri dengan obesitas. Pola makan yang tidak sehat seperti salah satunya pengonsumsi *junk food* berlebih menyebabkan terjadinya penimbunan kalori, lemak, garam dan gula dalam tubuh.
3. Dari artikel yang dianalisis ditemukan adanya hubungan faktor obat-obatan remaja putri dengan obesitas. Pengonsumsi obat-obatan jangka panjang terutama obat yang mengandung kortikosteroid menyebabkan obesitas dikarenakan terjadinya penurunan aktivitas dan kerja sistem imun dan terjadinya peningkatan nafsu makan.
4. Dari artikel yang dianalisis ditemukan tidak adanya hubungan faktor derajat ekonomi dengan kejadian obesitas pada remaja putri. Responden dengan derajat ekonomi yang tinggi memiliki gaya hidup yang baik sehingga tidak mengalami obesitas, namun terdapat juga responden dengan derajat ekonomi yang tinggi mengalami obesitas.

#### **6.2 Implikasi dan Rekomendasi**

##### **6.2.1 Implikasi**

Literatur review ini berimplikasi pada berkurangnya kejadian obesitas pada remaja putri yang dapat diwujudkan melalui peranan tenaga kesehatan terutama bidan yang dapat memberikan asuhan berbasis promotif dan preventif untuk memberikan informasi dan melakukan edukasi kepada remaja putri terkait faktor yang berhubungan dengan kejadian obesitas.

### 6.2.2 Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan diatas maka saran yang dapat diberikan yakni sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan meneliti lebih luas tentang faktor yang berhubungan dengan obesitas pada remaja putri.
2. Bagi institusi pendidikan Program Studi S1 Kebidanan agar menjadikan hasil tulisan ini sebagai bahan pembelajaran terkait faktor yang berhubungan dengan obesitas pada remaja putri.
3. Bagi masyarakat khususnya remaja putri diharapkan dapat memanfaatkan teknologi untuk menambah pengetahuan terkait faktor yang berhubungan dengan obesitas sehingga dapat menghindari, mengatasi, dan meminimalisir resiko terjadinya obesitas.

