

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang hubungan asupan energi, karbohidrat, protein, lemak dan kativitas fisik pada siswa SDN 26 Rimbo Kaluang dan SDN 33 Rawang Barat kota padang tahun 2018, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar siswa yang bersekolah di SDN 26 Rimbo Kaluang berjenis kelamin laki-laki lebih tinggi dari pada siswa di SDN 33 Rawang Barat.
2. Sebagian besar siswa yang bersekolah di SDN 26 Rimbo Kaluang mempunyai asupan energi, protein, lemak, karbohidrat makanan lebih tinggi dibandingkan siswa yang bersekolah di SDN 33 Rawang Barat hanya sebagian kecil mempunyai asupan, energi, protein, lemak, karbohidrat makanan lebih.
3. Sebagian besar siswa yang bersekolah di SDN 26 Rimbo Kaluang memiliki aktivitas fisik tidak aktif dibandingkan siswa yang bersekolah di SDN 33 Rawang Barat hanya sebagian kecil memiliki aktivitas fisik tidak aktif.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kejadian obesitas pada siswa Sekolah Dasar negeri 26 Rimbo Kaluang dan 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan kejadian obesitas pada siswa Sekolah Dasar Negeri 26 Rimbo Kaluang dan 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.

6. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan lemak dengan kejadian obesitas pada siswa Sekolah Dasar Negeri 26 Rimbo Kaluang dan 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan kejadian obesitas pada siswa Sekolah Dasar Negeri 26 Rimbo Kaluang dan 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.
8. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada siswa Sekolah Dasar Negeri 26 Rimbo Kaluang dan 33 Rawang Barat Kota Padang Tahun 2018.

6.2 Saran

1. Bagi pihak sekolah, diharapkan dapat melakukan penyuluhan tentang “Makanan Sehat Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar” dapat dilakukan 2 kali sebulan kepada wali murid terkait pencegahan obesitas dan pengaturan asupan makanan, dan tingkat aktivitas fisik.
2. Bagi orang tua sebaiknya diharapkan dapat memperhatikan asupan makan anak dengan baik dan mengarahkan anak untuk lebih aktif bermain diwaktu senggang, mengurangi beramin *game*, menonton televisi di rumah serta menyeimbangkan antara waktu anak untuk bermain dan beristirahat.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variable-variabel lainnya sehingga tidak hanya terbatas pada variable-variabel dalam penelitian ini saja seperti, pengaruh iklan *junk food*, pengetahuan gizi dan faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian obesitas yang

belum diteliti pada penelitian ini, serta mengadakan pendidikan gizi untuk orang tua.

