

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menyimpulkan hipotesa diterima yaitu ada Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian obesitas pada anak di Sekolah Dasar Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo dengan ($p\text{-value} < 0,000$).

1. Sebagian besar siswa/siswi di Sekolah Dasar Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo mengalami obesitas sebanyak 28 siswa/siswi (35,4%).
2. Sebagian besar siswa/siswi di Sekolah Dasar Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo mengalami obesitas 28 siswa/siswi (35,4%) yaitu dengan melakukan aktivitas fisik ringan sebanyak 25 siswa/siswi (31,6%).
3. Keeratan hubungan dalam penelitian ini adalah $r : 0,855$ yang merupakan keeratan hubungan yang sangat kuat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka peneliti memberikan saran – saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa/siswi SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.
Untuk siswa/siswi SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo sebaiknya tetap melakukan aktivitas – aktivitas fisik sedang yang sudah dilakukan dan menganjurkan untuk lebih menambah aktivitas fisik pada anak obesitas yang aktivitas fisiknya masih ringan maupun sedang.
2. Bagi Orang Tua/Wali siswa/siswi SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.
Untuk orang tua yang anaknya mengalami obesitas hendaknya memotivasi anak untuk melakukan aktivitas fisik melalui pemberian dukungan berupa materi, penghargaan dan pengawasan.
3. Bagi Guru di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo.
Guru di SD Negeri 2 Redin, Gebang, Purworejo hendaknya menganjurkan anak obesitas untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga sesuai dengan kegemarannya dan sesuai dengan tingkat kebutuhannya tanpa mengganggu proses belajar siswa/siswi.
4. Bagi Institusi Stikes Jendral Achmad Yani Yogyakarta.
Stikes Jendral Achmad Yani Yogyakarta hendaknya menggunakan hasil penelitian ini guna dijadikan sumber referensi bahan kajian dalam mata kuliah keperawatan anak, khususnya mengenai aktivitas fisik dan obesitas pada anak.
5. Bagi peneliti selanjutnya.
Untuk peneliti selanjutnya bisa menggunakan desain penelitian yang lain misalnya case control atau kohort, selain itu peneliti juga dapat menggunakan variabel penelitian selain aktivitas fisik, misalnya : obat – obatan, genetik, sosial ekonomi, pengetahuan, dan faktor keluarga.