

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1 Kesimpulan

1. Sampel dengan pola makan berlebih sebanyak 22 orang dan sampel dengan pola makan cukup sebanyak 120 orang.
2. Sampel dengan variasi makan tidak bervariasi sebanyak 134 orang dan sampel dengan variasi makan bervariasi sebanyak 8 orang.
3. Sampel dengan aktivitas fisik ringan sebanyak 85 orang dan sampel dengan aktivitas fisik sedang sebanyak 57 orang.
4. Sampel dengan asupan energi berlebih sebanyak 5 orang dan sampel dengan asupan energi sesuai sebanyak 137 orang.
5. Tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian obesitas dengan nilai  $p = 0,494$ ,  $OR = 0,538$ ,  $95\% CI = 0,053-5,427$ .
6. Tidak ada hubungan antara variasi makan dengan kejadian obesitas dengan nilai  $p = 0,620$ ,  $OR = 0,970$ ,  $95\% CI = 0,942-0,999$ .
7. Tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian obesitas dengan nilai  $p = 0,683$ ,  $OR = 0,663$ ,  $95\% CI = 0,091-4,845$ .
8. Ada hubungan antara asupan energi dengan kejadian obesitas dengan nilai  $p = 0,006$ ,  $OR = 45,000$ ,  $95\% CI = 4,652-4785$ .

## **7.2 Saran**

1. Disarankan untuk menghindari obesitas asupan energi harus seimbang dengan cara dilakukan penyuluhan oleh pihak sekolah bekerjasama dengan puskesmas setempat.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjut dengan instrument dan pengukuran yang tepat sehingga dapat diperoleh hasil penelitian yang optimal.