

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Penelitian yang dilakukan di RW02 Dusun Karajan Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang dengan tujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan obesitas pada remaja obesitas di RW02 Dusun Karajan Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Gambaran Pengetahuan Obesitas Pada Remaja Obesitas Di Dusun Karajan Rw 02 Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang berdasarkan pengertian di dapatkan bahwa seluruh responden sebanyak 33 responden (100%) memiliki pengetahuan kurang.
- 2) Gambaran Pengetahuan Obesitas Pada Remaja Obesitas Di Dusun Karajan Rw 02 Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang berdasarkan faktor penyebab obesitas didapatkan 12 responden (36%) memiliki pengetahuan baik tetapi lebih banyak responden yang memiliki pengetahuan kurang sekitar 21 responden (63%).
- 3) Gambaran Pengetahuan Obesitas Pada Remaja Obesitas Di Dusun Karajan Rw 02 Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang berdasarkan klasifikasi obesitas di dapatkan 12 responden

(36,4%) memiliki pengetahuan kurang tetapi lebih banyak responden yang memiliki pengetahuan baik sekitar 15 responden (45,5%).

- 4) Gambaran Pengetahuan Obesitas Pada Remaja Obesitas Di Dusun Karajan Rw 02 Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang berdasarkan pencegahan didapatkan 9 responden (27,3%) memiliki pengetahuan kurang tetapi lebih banyak responden yang memiliki pengetahuan baik sekitar 13 responden (39,3%).
- 5) Gambaran Pengetahuan Obesitas Pada Remaja Obesitas Di Dusun Karajan Rw 02 Desa Tanjung Kecamatan Banyusari Kabupaten Karawang berdasarkan pengukuran indeks masa tubuh di dapatkan 13 responden (39,4%) memiliki pengetahuan baik tetapi lebih banyak responden yang memiliki pengetahuan kurang sekitar 14 responden (42,4%).
- 6) Dalam pertanyaan kuesioner nomor 2,3,10,11,12 dan 19, merupakan kuesioner pertanyaan dimana pengetahuan responden kurang baik dan memicu terjadinya obesitas.
- 7) Gambaran pengetahuan berdasarkan klasifikasi dan pencegahan para responden memiliki pengetahuan yang baik, namun kebanyakan dari responden tidak menerapkannya dalam kehidupan mereka sehingga menimbulkan terjadinya obesitas karena dipengaruhi oleh faktor

lingkungan, aktivitas fisik yang kurang, gaya hidup yang tidak sehat dan pola makan tidak teratur.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Universitas Bhakti Kencana Bandung

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai kepastakaan dalam menambah wawasan dan pengetahuan bagi mahasiswa terkait pengetahuan obesitas pada Remaja obesitas dalam penelitian ini.

6.2.2 Bagi Remaja

Diharapkan remaja dapat menerapkan ilmu pengetahuan tentang obesitas dikehidupan sehari-hari dengan banyak melakukan aktivitas fisik dan mengkonsumsi makanan yang sehat untuk tubuh kemudian mengikuti penyuluhan tentang pencegahan obesitas, dampak obesitas, serta ciri-ciri obesitas untuk mencegah dan menurunkan angka kejadian obesitas.

6.2.3 Bagi Keluarga

Peran keluarga atau orang tua sangat penting dalam pertumbuhan remaja, apalagi pada remaja yang mengalami obesitas dimasa dini. Harus peduli jika anggota keluarganya yang mengalami obesitas apalagi pada remaja karena bisa berdampak pada pada penyakit.

6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya melanjutkan penelitian yang berhubungan dengan pengetahuan citra tubuh pada remaja obesitas.