

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap Gambaran Aktivitas Fisik Olahraga Pada Remaja Dengan Obesitas di SMP Pasundan Majalaya dengan sampel 32 orang didapatkan sebagian besar dari responden yaitu sebanyak 68,8% aktivitas fisik olahraga pada remaja dengan obesitas memiliki aktivitas fisik olahraga ringan.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Fakultas Keperawatan

Sebagai bahan referensi akademik dan serta masukkan untuk pengembangan ilmu keperawatan anak bagi mahasiswa, dosen jurusan keperawatan Universitas Bhakti Kencana selanjutnya.

6.2.2 Bagi Sekolah

Disarankan bagi pihak sekolah untuk memberikan informasi terkait obesitas, salahsatunya dengan memasang poster di lingkungan sekolah dan bagi penderita obesitas untuk lebih menjaga pola hidup sehat dan kesadaran yang dapat mengurangi resiko obesitas salah satunya dengan melakukan aktivitas fisik olahraga.