

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Setelah dilakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan obesitas pada remaja di SMA Negeri Tanjungkerta kepada 85 responden dengan menggunakan kuesioner sebanyak 15 soal didapatkan hasil hampir setengahnya responden memiliki pengetahuan yang cukup mengenai obesitas dengan jumlah 42 (49%) responden, pengetahuan baik sebanyak 41 (48%) responden, dan pengetahuan kurang 2 (2%) responden.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Siswa**

Peneliti berharap dengan dilakukannya penelitian ini siswa menjadi lebih peduli dengan kesehatan dan bisa melakukan pola hidup sehat agar terhindar dari bahaya obesitas.

##### **5.2.2 Bagi Sekolah**

Diharapkan kepada pihak sekolah khususnya pemegang UKS agar berkolaborasi dengan pihak pelayanan kesehatan (Puskesmas) untuk memberikan penyuluhan penyuluhan kesehatan kepada siswa mengenai dampak obesitas dan perlunya pola hidup sehat.

##### **5.2.3 Penelitian Selanjutnya**

Hasil penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk peneliti selanjutnya dengan mengembangkan factor-faktor yang mempengaruhi kejadian obesitas.