BAB V
PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pola makan, aktivitas fisik, pengetahuan dan durasi tidur terhadap kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di SDN 33 Kota Selatan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Siswa yang mengalami obesitas di SDN 33 Kota Selatan sebanyak 47 anak (31,5%).
2. Pola makan anak di SDN 33 Kota Selatan adalah kurang (56,4%).
3. Aktivitas fisik anak di SDN 33 Kota Selatan adalah ringan (80,5%).
4. Tingkat pengetahuan ibu mengenai obesitas pada anak di SDN 33 Kota Selatan adalah cukup (43,0%).
5. Durasi tidur anak di SDN 33 Kota Selatan adalah tidak normal (51,7%).
6. Terdapat hubungan antara pola makan (nilai ρ 0,015) dengan kejadian obesitas pada anak sekolah diSDN 33 Kota Selatan.
7. Tidak Terdapat hubungan antara antara aktivitas fisik (nilai ρ 0,107) dengan kejadian obesitas pada anak sekolah diSDN 33 Kota Selatan.
8. Terdapat hubungan antara pengetahuan (nilai ρ 0,025) dengan kejadian obesitas pada anak sekolah diSDN 33 Kota Selatan.
9. Terdapat hubungan antara durasi tidur (nilai ρ 0,017) dengan kejadian obesitas pada anak sekolah diSDN 33 Kota Selatan.

5.2 Saran

1. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua kiranya dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan mengenai gizi utamanya tentang obesitas, sehingga dapat menghindarkan anak dari faktor penyebab terjadinya obesitas seperti pola makan tidak sehat dan tidak teratur, kurangnya aktivitas fisik dan kurangnya durasi tidur pada anak.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kiranya hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi dalam kajian kepustakaan.Variabel-variabel lain sebagai pencetus terjadinya obesitas pada anak dapat di teliti sehingga dapat meningkatkan pengetahuan mengenai kejadian obesitas pada anak.

DAFTAR PUSTAKA

Afiah. 2014. *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Remaja di SMA Katolik Cendrawasih.* Jurnal. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hassanuddin. Makassar.

Ali dan Asrori 2004, *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta : Bumi Aksara.

Almatsier. 2003.*Prinsip-Prinsip Ilmu Gizi*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Anggraini. 2014. *Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi pada Anak Usia Prasekolah.* Jurnal. Universitas Diponegoro. Semarang.

Annette dan Alexader, 2013. *The Relationship Between Physical Activity, Physical Fitness And Overweight In Adolescents: A Systematic Review Of Studies Published In Or After 2000*. BMC Pediatrics. 2013: 2

Arendt. 2000. *Circadian Rhythms, And Sleep*. N Engl J Med 2000;343(15):1114-16.

Asmadi. 2008. *Konsep Dasar Keperawatan.* Jakarta: EGC

Bates. 2006.*Daily Physical Activity for Children and Youth [sintesis]*. Alberta Education: Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute; 2006: 9-18.

Bidjuni. 2014. *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia 8-10 tahun di SD Katolik 03 Frater Don Bosco Manado.* Jurnal. Fakultas Kedokterasn Universitas Sam Ratulang Manado.

Budiyanto, A.K. 2004. *Dasar-dasar Gizi.* Malang: UMM Press

Calbom. 2007. *Sleep Away The Pounds*. Jakarta: Gramedia.

Chaput, et al. 2006. *Relationship between short sleeping hours and childhood overweight/obesity*: result from the 'Quebec en Forme' Project. Int J Obes (Lond) 2006;30(7):1080-5.

Depkes RI. 2007. *Klasifikasi Aktivitas Fisik Pada Anak Usia Sekolah Dasar.* Jakarta: Di rektorat Bina Gizi Masyarakat

Depkes RI. 2008. *Petunjuk Teknis Pemantauan Status Gizi Orang Dewasa dengan Indeks Massa Tubuh (IMT).* Online : http://www.depkes .go.id/ index.php.vw=2&id=A-137.di akses 17 juli 2017

Depkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar.* Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI

Devi, N. 2010. *Nutrion dan Food Gizi Untuk Keluarga*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara

Dewi, A., Pujiastuti, N. dan Fajar, I. 2013. *Ilmu Gizi Praktis Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Dyah, D. 2016. " Hubungan frekuensi konsumsi *fast food*, aktivitas fisik, dan tingkat pendidikan orang tua dengan kejadian gizi lebih pada anak SD". *Skripsi*. Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Muhamadiyyah

Harahap. 2015. *Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Obesitas Nalita dengan Kejadian Obesitas pada Balita di Nagari Koto Rajo Kab. Pasaman Tahun 2015.* Jurnal Kesehatan STIKes Prima Nusantara Bukittinggi, Vol. 7 No. 1 Januari 2016.

Hasdianah., Sitoyo, S. dan Peristyowati,Y. 2014. *Gizi, Pemanfaatan Gizi, Diet, dan Obesitas* . Yogyakarta: Nuha Medika

Hidayat, A.A. 2008. *Pengantar Kebutuhan DasarManusia* : *Aplikasih Konsep dan Proses Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika

Hidayat, et al. 2006. Obesitas Pada Anak. Online : www.pediatric.com di akses 15 juli 2017

Kadek Hartini. 2014. *Korelasi Derajat Obesitas dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar* (Sari Pediatri,Vol. 16, No. 1, Juni 2014)

Kemenkes RI. 2010. *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta: Direktorat Bina Gizi

Khosman, A. 2010. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta: Kompas Rajawali Sport

Marfuah, D. 2015. *Anak Obes Mempunyai Durasi Tidur Lebih Pendek di Bandingkan Anak Tidak Obes*. (Jurnal) Di akses pada 12 juli 2017

Mursito, B. 2003. *Ramuan Tradisional untuk pelangsing tubuh*. Jakarta: Swadaya

Martuah. 2013.*Durasi Dan Kualitas Tidur Hubungannya Dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Di Kota Yogyakarta Dan Kabupaten Bantul*. (Tesis). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.

National Institutes of Health. 2010. *Physical Activity and Weight Control*. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. 2010: 2-4

National Sleep Foundation. 2002. *Healthy Sleep Tips*. Online: http://www.sleepfoundation.org/arctile/sleep-topics/healthy-sleep-tips. Di akses 18 Juli 2017

Nirwana, A. 2012. *Obesitas Anak dan Pencegahannya*. Yogyakarta: Muha Medika

Notoatmodjo. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan.* Jakarta. Rineka Cipta.

Notoatmodjo. 2012.*Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Jakarta. Rineka Cipta.

Nurmalina, R. 2011. Pencegahan dan Manajemen Obesitas. Bandung: PT Gramedia

Paath. 2005. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi.* Jakarta: EGC.

Patel, et al. 2004. *A ProspectiveStudy of Sleep Duration and MortalityRisk in Women*. Pubmed. 27:440-444.

Patel dan Hu. 2008.*Short Sleep Duration and Weight Gain: A Systematic Review*. Obesity Journal. 16: 643-653

Potter,P, dan Perry, A. 2005 *Buku Ajar Fundamental keperawatan*: *Konsep, proses, dan praktis*. Jakarta: EGC

Pyle dkk. 2006.*Fighting An Epidemic: The Role Of Schools In Reducing Childhood Obesity*. Psychology in the Schools vol 43 no 3 pp 361-376

SDN 33 Kota Selatan, *Profil SDN 33 Kota Selatan.* Gorontalo:SDN 33 Kota Selatan Kota Gorontalo.

Saglam dan Tarim. 2008. *Prevalence and Correlates of Obesity in Schoolchildren from the city of Bursa*. Turkey.J Clin Res PediatrEndocrinol; 1(2): 80-8/jcrpe v1i2.15

Silviana. 2013.*Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Kejadian Obesitas pada Balita di TK Yayasan Pendidikan Syafiyyatul Amaliyyah (YPSA) Medan Tahun 2013.* Karya Tulis Ilmiah. Universitas Sumatera Utara. Medan.

Soediatama. 2008. *Ilmu Gizi I.* Jakarta: Erlangga.

Soetjiningsih. 2005. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.

Sudikno, et al. 2010. *Hubungana Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Orang Dewasa di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2007).* Indonesian Journal Of Clinical Nutrion

Suhardjo. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta: PT Bumi Aksara

Suhardjo. 2010. *Perencanaan Pangan dan Gizi*. Jakarta: Bumi Aksara

Sukirman, 2007. *Ilmu Gizi dan Aplikasinya Untuk Keluarga dan Masyarakat*. Ditjen Dikti. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Sulistyoningsih, H. 2011. *Gizi Untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu

Syahfitri, T. 2015. Gambaran karakteristik anak obesitas di kelas 4-6 SDN III cirendeu. *Skripsi.* Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah

Taras, dan Datema, 2005.*Obesity AndStudent Performance At School*. J School Health

Wahyu, G. 2009. *Obesitas Pada Anak*. Jakarta: Seri Kesehatan

Wirjatmadi, B., Adriani, M. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group

WHO. 2010. *Technical Report Series Obesity : Preventing and Managing The Global Epidemic.* Geneva.

WHO. 2014. Obesity : *Prevalensi and Managing The Global Epidemic*. WHO. Geneva

WHO. 2015. Obesity : *Prevalensi and Managing The Global Epidemic*. WHO. Geneva

Yamin. 2013. *Hubungan Asupan Energi dengan Kejadian Obesitas pada Siswa Sekolah Dasarr di Kota Manado.* Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.

Yulaeni. 2015.*Hubungan antara Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Usia 7-12 Tahun di SD Mardi Rahayu Ungaran Kabupaten Semarang.* Jurnal. Program Studi Keperawatan STIKES Ngudi Waluyo Ungaran.

Yuniarti. 2009. "Analisis Pola Makan dan Aktivitas Fisik Siswa-siswi Gizi Lebih di SMA Labschool Kebayoran Baru Jakarta Selatan". *Skripsi*. FIKK

Zamzani. 2016. *Aktivitas Fisik Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar.* Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia. Vol. 4, No. 3 September 2016: 123-125.