

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Pada penelitian ini diketahui pengemudi bus banyak mengonsumsi minuman ringan (*soft drink*) yaitu 124 (76,5%) orang dan mayoritas juga banyak mengonsumsi camilan (*snack*) sebanyak 100 (61,7%) orang.
2. Pada penelitian ini diketahui:
 - a. Gambaran IMT pengemudi bus berdasarkan Depkes RI sebagai berikut gemuk berat sebanyak 71 (43,8%) orang, gemuk ringan 15 (9,3%) orang, normal 67 (41,4%) orang, kurus ringan sebanyak 3 (1,9%) orang dan kurus berat sebanyak 6 (3,7%) orang.
 - b. Gambaran IMT pengemudi berdasarkan WHO Asia Pasific adalah obesitas sebanyak 81 (50%) orang, gemuk 34 (21%) orang, normal sebanyak 39 (24,1%) orang dan kurus 8 (4,9%) orang.
 - c. Gambaran lingkaran pinggang pengemudi bus yang mengalami obesitas sentral sebanyak 88 (53,4%) orang dan yang tidak obesitas sebanyak 74 (45,7%) orang.
3. Pada penelitian ini diketahui tidak terdapat hubungan antara konsumsi :
 - a. Minuman ringan terhadap status gizi berdasarkan IMT kategori Depkes RI (*p-value* 0,903, PR 1,054), IMT kategori WHO Asia Pasific (*p-value* 0,302, PR 1,152) dan obesitas sentral (*p-value* 0,749, PR 1,088)
 - b. Camilan terhadap status gizi berdasarkan kategori Depkes RI (*p-value* 0,452, PR 0,866), IMT kategori WHO Asia Pasific (*p-value* 1,000, PR 0,993) dan obesitas sentral (*p-value* 0,998, PR 0,975)

6.2 Saran

1. Bagi Responden

Perlunya himbauan untuk tidak terlalu sering mengonsumsi minuman ringan dan camilan meskipun penelitian ini tidak memiliki makna, namun

mengonsumsi minuman ringan dan camilan/makanan ringan berlebihan dapat menyebabkan diabetes mellitus, asma, kolestrol, penyakit jantung.

2. Bagi Perusahaan

Perlu dilakukan edukasi seperti penyuluhan terhadap pengemudi bus mengenai pentingnya kesehatan tubuh.

3. Bagi Peneliti

Disarankan pada penelitian selanjutnya ,dibutuhkan responden yang lebih besar lagi dan ditambahkan faktor lain yang mempengaruhi indeks massa tubuh dan lingkaran pinggang seperti aktivitas fisik.