

## **BAB V**

### **PENUTUP**

Bab ini merupakan bab terakhir dari penelitian kualitatif yang akan berisi kesimpulan dan saran dari hasil penelitian yang dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya. Penelitian yang telah dilakukan mengenai pengalaman ayah yang memiliki anak obeistas ini didapatkan hasil pengalaman ayah mulai dari persepsi, perasaan, tindakan, hambatan, upaya menanggapi hambatan, keinginan dan dampak obesitas terhadap anak menurut ayah.

#### **A. Kesimpulan**

Pengalaman ayah yang memiliki anak obesitas ini ditemukan tujuh tema, yakni:

1. Persepsi ayah mengenai anak obesitas bahwa anak obesitas itu adalah anak yang males, jelek dan lucu.
2. Perasaan ayah yang memiliki anak obesitas didapatkan perasaan tidak enak, sedih, menjengkelkan dan takut.
3. Tindakan yang ayah lakukan ketika mengetahui anak mengalami obesitas dengan melakukan usaha mengurangi makan anak, menasehati anak, membelikan anak sepeda, membelikan timbangan, mengajak anak untuk berolahraga, dan membawa anak kedokter, namun ayah juga sering kali membiarkan anak jika anak malas untuk beraktivitas, membiarkan tubuh anak gemuk karena anak masih dalam masa pertumbuhan, ayah juga memiliki kebiasaan untuk menyediakan makanan ringan untuk anak dan memasak makanan pada malam hari ketika anak lapar.

4. Hambatan yang ayah dapatkan selama memiliki anak obesitas yaitu ayah kesulitan untuk mencari pakaian anak, anak susah untuk diberi pengertian, terkadang anak malas dan anak lebih sering bermain *handphone*.
5. Upaya yang dilakukan dalam menyikapi hambatan dengan menasehati anak, memarahi anak ketika sulit dinasehati dan mengambil *handphone* karena kebiasaannya yang sering bermain *handphone*.
6. Harapan ayah terhadap anak obesitas yaitu ayah menginginkan anak dapat lebih aktif bermain diluar dan kembali memiliki tubuh yang ideal.
7. Dampak yang dialami anak obesitas menurut ayah yaitu anak dapat mengalami gangguan pernapasan, gangguan endokrin yakni diabetes, gangguan pergerakan, gangguan perkemihan dan gangguan integumen akibat gesekan lipatan kulit yang menyebabkan ruam hitam.

## **B. Saran**

Saran yang peneliti berikan untuk penelitian selanjutnya mengenai pengalaman ayah yang memiliki anak obesitas yakni:

### **1. Bagi Partisipan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan ayah yang memiliki anak obesitas mengenai gambaran pengalaman ayah selama memiliki anak obesitas. Peneliti mengharapakan agar pengalaman mengenai kendala yang telah dialami ayah dalam penelitian ini dapat diantisipasi oleh partisipan lain yang belum mengalami kendala serupa

sebagai pembelajaran mengenai kendala yang dapat dialami ayah ketika memiliki anak obesitas, sehingga ayah dapat melakukan tindakan yang tepat untuk pencegahan obesitas pada anak sejak dini.

## 2. Bagi Institusi

### a. Sekolah Dasar Katolik Frater Xaverius 2 Palembang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi gambaran terhadap pengalaman ayah yang memiliki anak obesitas kepada sekolah agar sekolah terutama UKS dapat berkerja sama dengan orang tua dalam pencegahan dan penanganan anak yang mengalami obesitas di sekolah. UKS dapat membuat program dengan mewajibkan anak untuk mengikuti satu kegiatan ekstrakurikuler yang dapat memberikan aktivitas aktif kepada anak. Aktivitas aktif yang dapat dilakukan seperti olahraga dan melaksanakan program senam sehat pagi setiap sabtu agar dapat melatih anak untuk terbiasa berolahraga.

Peneliti juga mengharapkan agar sekolah membuat program aktivitas diluar sekolah untuk anak dengan melakukan kegiatan *outbond* yang dapat dilakukan di alam terbuka. Hal ini dilakukan untuk memicu anak melakukan aktivitas fisik yang lebih aktif dengan program sekolah yang menarik. Sekolah juga diharapkan dapat bekerja sama dengan kantin sekolah agar dapat mendukung perilaku hidup sehat dengan mengurangi penyediaan makanan cepat saji.

b. Fakultas Ilmu Kesehatan UNIKA Musi Charitas

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi untuk institusi mengenai pengalaman ayah yang memiliki anak obesitas agar institusi pendidikan dapat berkerja sama dengan orang tua ataupun sekolah dalam melaksanakan penatalaksanaan obesitas dan penanganan obesitas sejak dini.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut bagaimana keterlibatan ayah dalam pencegahan dan penanganan obesitas sejak dini dengan menggunakan triangulasi data.

