**BAB V**

**PENUTUP**

1. **Kesimpulan**
2. Berdasarkan data konsumsi energi dan zat gizi menunjukkan bahwa asupan energi lansia overweight laki-laki sebagian besar termasuk dalam kategori defisit berat yaitu sebesar 42,2%, dan pada lansia overweight perempuan sebagian besar termasuk dalam kategori normal yaitu sebesar 40,8%.
3. Berdasarkan data konsumsi karbohidrat dan zat gizi menunjukkan bahwa asupan karbohidrat lansia overweight laki-laki sebagian besar termasuk dalam kategori defisit berat yaitu sebesar 52,7%, dan pada lansia overweight perempuan sebagian besar termasuk dalam kategori normal yaitu sebesar 29,6%.
4. Berdasarkan data konsumsi protein dan zat gizi menunjukkan bahwa asupan protein lansia overweight laki-laki dan perempuan sebagian besar termasuk dalam kategori normal yaitu masing-masing sebesar 52,6%, dan 59,3%.
5. Berdasarkan data konsumsi lemak dan zat gizi menunjukkan bahwa asupan lemak lansia overweight laki-laki sebagian besar termasuk dalam kategori defisit berat yaitu sebesar 31,7% dan pada lansia overweight perempuan sebagian besar termasuk dalam kategori normal yaitu sebesar 40,8%.
6. Berdasarkan data aktifitas fisik lansia menunjukkan bahwa aktifitas fisik lansia overweight laki-laki sebagian besar yaitu dalam kategori berat sebesar 52,7%, sedangkan pada lansia overweight perempuan sebagan besar termasuk kategori sedang sebesar 59,3%.
7. Dari hasil uji hubungan menggunakan uji korelasi Spearman didapat nilai p-value > 0,05 yaitu 0,135 dan rs < 0,036 yaitu 0,224, maka berarti terima H0 atau tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT terhadap aktifitas fisik lansia overweight. Dapat diartikan bahwa beratnya aktiftas fisik tidak berarti memengaruhi status gizinya
8. Dari hasil uji hubungan menggunakan uji korelasi Spearman didapat nilai p-value < 0,05 yaitu 0,017 dan rs > 0,036 yaitu 0,350, maka berarti tolak H0 atau ada hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT terhadap asupan energi lansia overweight.
9. Dari hasil uji hubungan menggunakan uji korelasi Spearman didapat nilai p-value < 0,05 yaitu 0,014 dan rs > 0,036 yaitu 0,360, maka berarti tolak H0 atau ada hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT terhadap asupan karbohidrat lansia overweight.
10. Dari hasil uji hubungan menggunakan uji korelasi Spearman didapat nilai p-value < 0,05 yaitu 0,001 dan rs > 0,036 yaitu 0,461, maka berarti tolak H0 atau ada hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT terhadap asupan protein lansia overweight.
11. Dari hasil uji hubungan menggunakan uji korelasi Spearman didapat nilai p-value < 0,05 yaitu 0,018 dan rs > 0,036 yaitu 0,346, maka berarti tolak H0 atau ada hubungan yang bermakna antara status gizi berdasarkan IMT terhadap asupan lemak lansia overweight.
12. **Saran**

Perlu dilakukan upaya pencegahan terjadinya obesitas lebih lanjut kepada pasien lansia rawat jalan RSIA Puri. Penyuluhan secara berkala merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk merubah pengetahuan pasien rawat jalan lansia overweight mengenai pentingnya aktifitas fisik dan pengaturan asupan makanan untuk mencegah meningkatnya risiko obesitas. Perlu dilakukan penelitian mengenai masalah yang sama dengan menggunaan instrument berbeda dan penjajakan pola makan terhadap masyarakat yang akan diteliti.