

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan hubungan antara asupan zat gizi makro dengan kejadian obesitas remaja Indonesia yang telah dijabarkan, dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Asupan protein secara langsung memiliki hubungan dengan kejadian obesitas remaja di Indonesia.
2. Asupan lemak secara langsung memiliki hubungan dengan kejadian obesitas remaja di Indonesia.
3. Asupan karbohidrat secara langsung memiliki hubungan dengan kejadian obesitas remaja di Indonesia.

5.2 Saran

Berdasarkan permasalahan yang telah ditemukan pada saat melakukan review literatur ditemukan permasalahan yaitu

1. Pada penelitian mengenai hubungan asupan zat gizi makro tidak dicantumkan mengenai persentase
2. Diperoleh adanya perbedaan pengambilan data sehingga menyebabkan hasil kurang akurat mengenai hubungan asupan protein. Pada pengkajian ini disadari bahwa terdapat banyak kekurangan.
3. Pengkajian selanjutnya diharapkan untuk melakukan pengkajian mengenai hubungan asupan zat gizi makro pada remaja dan faktor apa saja yang dapat mempengaruhi terjadinya obesitas pada remaja.