

Meskipun sulit untuk menjalani kebiasaan pola makan yang lebih baik, terdapat perilaku dalam skala besar telah terjadi. Semua penyakit seperti diabetes, serangan jantung, kanker dan masih banyak lagi yang disebabkan oleh kenaikan berat badan. Seperti yang sudah diuraikan dalam pembahasan, rata-rata berat badan yang mengalami peningkatan karena konsumsi makanan yang salah dan kurang aktif bergerak. Obesitas terjadi dikarenakan kalori yang dikonsumsi lebih banyak daripada jumlah kalori yang dibakar oleh tubuh.

6.7. Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian ini menggunakan data Riskesdas 2018 yang pengukuran pola konsumsi makanan/minuman terbatas hanya menggunakan persepsi daya ingat responden tentang apa yang dikonsumsi dalam periode tertentu.
2. Kuesioner dalam Riskesdas 2018 hanya menggali asupan konsumsi berdasarkan penjelasan dari responden. Asupan konsumsi tidak berdasarkan dari pengukuran yang objektif.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1. Kesimpulan

1. Karakteristik responden wanita usia 20-35 tahun di Provinsi Sulawesi Utara adalah >50% tinggal di wilayah perdesaan, sedangkan di Kalimantan Timur >60% responden tinggal di wilayah perkotaan, sedangkan responden di Provinsi DKI Jakarta seluruhnya tinggal di wilayah perkotaan. Pendidikan tertinggi yang ditamatkan oleh responden di ketiga provinsi adalah tamat SMA/SLTA serta mayoritas tidak bekerja.
2. Faktor determinan yang signifikan terhadap kejadian obesitas IMT dan obesitas sentral di Provinsi Sulawesi Utara, DKI Jakarta dan Kalimantan Timur adalah tinggal di perdesaan, kebiasaan minum manis, kebiasaan makan makanan tinggi lemak, kebiasaan minum minuman bersoda, kurang aktivitas fisik dan penggunaan kontrasepsi hormonal.
3. Prediktor dominan kejadian obesitas sentral ketiga provinsi adalah wilayah tempat tinggal di perdesaan, kurang konsumsi buah, kurang aktivitas fisik dan penggunaan kontrasepsi hormonal.
4. Responden yang tinggal di perdesaan lebih berisiko mengalami kejadian obesitas dibanding dengan responden yang tinggal di perkotaan.

7.2. Saran

1. Perlunya pemberian informasi yang komprehensif oleh petugas kesehatan melalui kegiatan penyuluhan mengenai dampak pemakaian alat kontrasepsi hormonal maupun non hormonal.