

BAB V

PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan TNI AD Tentang Berat Badan Berlebih DI Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang” yang telah dilakukan, maka peneliti mengambil kesimpulan yaitu bahwa setengah responden yaitu 10 orang (50%) pengetahuan cukup, hampir setengah responden yaitu 6 responden (30%) dengan pengetahuan baik dan sebagian kecil responden yaitu 4 responden (20%) dengan tingkat pengetahuan kurang di Batalyon Kesehatan 2/2 Kostrad Kota Malang.

1.2 Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah bahan kajian tentang pengetahuan masyarakat tidak hanya anggota TNI AD tentang berat badan berlebih di Malang.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dengan tema serupa dapat mengembangkan tema penelitian ke variabel lain yang belum diteliti misalnya mencari hubungan faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan anggota TNI AD tentang berat badan berlebih.

3. **Bagi responden anggota TNI AD di Yonkes 2/2 Kostrad Kompi Kesehatan Bantuan Karangploso-Malang**

Anggota TNI AD yang memiliki berat badan berlebih sebaiknya menjaga pola makanan dan gaya hidup disertai olahraga yang cukup.

4. **Bagi Perawat Dan Tenaga Kesehatan**

Tenaga kesehatan diharapkan mampu meningkatkan kualitas kesehatan dengan melakukan tindakan promotif dan preventif terhadap berat badan berlebih pada masyarakat.



DAFTAR PUSTAKA

- Aqila (2010). *Berat badan berlebih Secara Umum*. Jakarta
- Ariani (2014). *Konsep Pengetahuan Secara Umum Dan Cara Memperoleh Pengetahuan*. Semarang. Nuha Medika
- Dorlon (2019). *Klasifikasi Berat Badan Lebih dan Obesitas Berdasarkan BMI Menurut WHO*. Yogyakarta. Salemba Medika
- Fauzet (2016). *Hubungan Tingkat Pengetahuan pada Remaja*: jakarta. Salemba Medika
- Hidayat A. A (2011). *Cara Mengukur Pengetahuan Dan Faktor - faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Kementrian Republik Indonesia (2017). *Berat Badan Lebih*. Jakarta: Salemba medika.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam (2015). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendekatan Praktis (3rd ed.)*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Nursalam (2016). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika
- RSUD dr. Saiful Anwar Malang (2014). *Panduan Pengkajian Dan Perhitungan Kebutuhan Gizi. Instalasi Gizi, Edisi 2*. Malang
- Wawan dan Dewi (2016). *Konsep Pengetahuan Secara Umum*: Semarang
- WHO (2000). *Pengukuran Dan Klasifikasi Tentang Berat Badan Ideal*. Jakarta.
- Yuanita dan Sukarto (2013). *Sukses Menurunkan Berat badan: Langkah Efektif Turun Berat Badan*. Jakarta

