

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

- a. Terdapat adanya proporsi responden yang memiliki IMT kategori normal sebanyak 42 responden (55.30%) sedangkan IMT kategori tidak normal (beresiko, obesitas I dan II) sebanyak responden 34 (44.70%).
- b. Terdapat adanya proporsi kapasitas vital paru dimana responden yang memiliki kapasitas vital paru normal sebanyak 43 responden (56.60%) sedangkan yang memiliki kapasitas vital paru tidak normal atau <80% sebanyak 33 responden (43.40%).
- c. Hasil penelitian yang diperoleh dengan total 76 responden. IMT dengan kategori normal sebanyak 29 responden memiliki kapasitas vital paru normal lebih banyak dibandingkan responden dengan IMT kategori tidak normal (beresiko, obesitas I dan II) sebanyak 14 responden dan diperoleh *p-value* adalah 0.015 ($p < 0.05$) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara IMT dengan kapasitas vital paru.

6.2 Saran

- a. Pada penelitian selanjutnya diharapkan peneliti melakukan penelitian dengan memperhatikan acuan - acuan lain seperti penggunaan kapasitas vital paksa.
- b. Pentingnya untuk menjaga berat badan yang ideal dengan cara mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi serta aktivitas fisik yang cukup.
- c. Pada penelitian selanjutnya diharapkan memperbanyak sampel karena pada penelitian sebelumnya jauh lebih banyak.