

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Obesitas merupakan masalah kesehatan yang masih disepelekan oleh kebanyakan orang. Padahal obesitas merupakan awal dari penyebab berbagai penyakit. Jaman sekarang pun anak-anak sudah banyak juga yang mengalami kegemukan dan obesitas.

Supaya menyadarkan orang tentang bahayanya obesitas maka perlunya tindakan penyadaran sejak dini, karena saat diusia inilah orang menyerap informasi dengan mudah dan cepat.

Lewat buku cerita anak ini mengajarkan anak tentang bahaya dan bagaimana menjaga pola hidup sehat agar anak termotivasi untuk terhindar dari kegemukan dan obesitas.

5.2 Saran

Dengan buku ilustrasi ini diharapkan dapat memberikan kesadaran anak tentang pentingnya menjaga pola hidup sehat agar terhindar dari obesitas saat anak dewasa nantinya. Dengan memberikan pelajaran dan pengalaman membaca juga diharapkan agar pesan tersebut dapat terserap dan tertanam di diri sang anak. Sehingga pada akhirnya anak bisa menjaga supaya terhindar dari obesitas.