

BAB 5**PENUTUP****5.1. Kesimpulan**

Exergaming merupakan teknologi permainan yang menarik dan juga sebagai alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan aktivitas fisik dan menurunkan nilai BMI pada anak dengan obesitas. Terdapat beberapa jenis unit game *exergaming* yang digunakan, yaitu unit game *Nintendo Wii* dengan *exergaming boxing, running, tennis* dan *karate*, menggunakan *Kinect Xbox* dengan *exergaming Kinect Adventure, Kinect Sport, Just Dance, Dance Central, Fitness Evolved*, dan *Disneyland Adventure*, menggunakan *Sony Play Station Eye Toy* dilengkapi kamera dan karpet *dance* dengan *exergaming Play 3, Kinetic, Sport* dan *Dance Factory*, menggunakan *exerbike* yang terhubung dengan *Play Station (PS) 2*, menggunakan *Cyber Tracer, Dance Dance Revolution (DDR)*, dan sistem *Xavix Boxing* dan *Tennis* untuk memengaruhi perubahan aktivitas fisik dan BMI pada anak dengan obesitas. Sebagian besar intervensi *exergaming* yang tidak memberikan pengaruh adalah *exergaming dance*, sedangkan yang memberikan pengaruh sebagian besar mengkombinasikan dengan *exergaming sport*. Dalam hal ini, *exergaming* dapat digunakan sebagai promosi gaya hidup sehat untuk membantu memerangi obesitas. Namun, dibutuhkan masa periode yang lebih panjang untuk mengevaluasi perubahan dari permainan ini.

5.2. Conflic Of Interest

Rangkuman menyeluruh atau *literature review* ini adalah penulisan secara mandiri, sehingga tidak terdapat konflik kepentingan dalam penulisannya