

BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

Dalam penelitian ini kebiasaan makan cepat saji (*fast food modern*), pengetahuan gizi, pola konsumsi, aktivitas fisik dan karakteristik keluarga tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan status gizi berdasarkan IMT, tetapi terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan status gizi berdasarkan IMT pada mahasiswa penghuni asrama UI Depok.

7.2 Saran

1. Bagi mahasiswa penghuni asrama Universitas Indonesia supaya tetap mempertahankan kebiasaan hidup sehat dengan pola gizi seimbang sehingga bisa mencegah kegemukan yang dapat memicu terjadinya penyakit degeneratif.
2. Perlunya dilakukan penelitian lain mengenai variabel teman sebaya (*peer group*) serta penelitian kualitatif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan makan cepat saji (*fast food modern*) pada remaja sehingga bisa diketahui faktor-faktornya secara mendalam.