

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan yang dapat diambil dalam penelitian adalah sebagai berikut:

- a. Sebagian besar responden berumur responden 12-13 tahun sebanyak 51,0%.
- b. Sebagian besar responden jenis kelamin perempuan sebanyak 49,7% dan laki-laki 50,3%.
- c. Hasil penelitian menunjukkan terdapat status gizi responden yang mengalami obesitas 71,1% dan tidak obesitas 28,9%.
- d. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengetahuan gizi baik sebesar 68,5% dan pengetahuan gizi kurang 31,5%.
- e. Hasil penelitian menunjukkan terdapat responden yang memiliki sikap baik sebesar 91,3% dan yang memiliki sikap cukup 8,7%.
- f. Hasil penelitian menunjukkan terdapat responden yang kebiasaan konsumsi *fast food* sering sebanyak 63,8% dan 36,2% jarang mengkonsumsi *fast food*.
- g. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok.
- h. Tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok.
- i. Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi *fast food* dengan kejadian obesitas pada remaja SMP Negeri 2 Depok.

V.2 Saran

- a. Bagi siswa :
Diharapkan para siswa agar teliti dalam memilih makanan, memperhatikan kualitas makanan dan manfaatnya bagi tubuh serta mengatur frekuensi dalam mengkonsumsi *fast food* untuk mencapai status gizi yang normal.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang gizi khususnya tentang kebiasaan konsumsi *fast food*. Serta pihak sekolah di harapkan dapat memasukan materi tentang dampak kebiasaan konsumsi *fast food* dalam mata pelajaran yang berhubungan dengan hal tersebut.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melakukan penelitian lanjutan mengenai kebiasaan mengkonsumsi *fast food* dengan metode dan jumlah sampel yang berbeda dengan membandingkan di sekolah swasta dan negeri.

