

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan yaitu merokok dan konsumsi kafein dengan IMT/U pada Remaja Putra, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Telah dibuktikan tidak ada hubungan antara merokok dengan IMT/U pada remaja putra.
2. Telah dibuktikan tidak ada hubungan antara konsumsi kafein dengan IMT/U pada remaja putra.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terdapat beberapa saran yang diajukan, sebagai berikut:

1. Bagi Pengetahuan  
Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai jumlah konsumsi kafein, alkohol dan merokok non tembakau serta faktor lain yang mempengaruhi IMT/U pada remaja putra dengan desain yang berbeda.
2. Bagi Masyarakat  
Peduli dan memperhatikan status gizi dengan melakukan pola hidup sehat berdasarkan pedoman gizi seimbang. Khususnya gaya hidup serta pengaruh lingkungan yang membahayakan kesehatan kiranya dihindari.
3. Bagi Instansi  
Pihak sekolah dan Puskesmas setempat bekerja sama untuk memantau status gizi secara rutin.