

## **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.