

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai gambaran perilaku mengkonsumsi *fast food* pada remaja di SMA Negeri 3 Padang tahun 2016, dapat disimpulkan :

1. Lebih dari separuh remaja di SMA Negeri 3 Padang memiliki tingkat pengetahuan yang baik dalam mengkonsumsi *fast food* (94.1%).
2. Lebih dari separuh remaja di SMA Negeri 3 Padang memiliki tingkat perilaku yang baik dalam mengkonsumsi *fast food* (86.9%).

#### B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan menjadi tambahan informasi dari hasil penelitian yang menunjukkan di SMA N 3 Padang tahun 2016 perilaku siswa dalam mengkonsumsi *fast food* tergolong baik dan menyediakan buku bahaya konsumsi *fast food* agar di tahun berikutnya siswa yang baru juga dapat menjaga asupan makanan yang sehat agar terhindar dari bahaya *fast food*.

## 2. Bagi Responden

Agar dapat mengurangi frekuensi mengkonsumsi makanan cepat saji dan lebih memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi dan efek sampingnya terhadap kesehatan..

## 3. Peneliti Selanjutnya

Dalam upaya memperkaya ilmu pengetahuan, diharapkan peneliti selanjutnya meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku mengkonsumsi *fast food*.

