

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Tingkat religiusitas berhubungan negatif dengan obesitas sentral pada mahasiswa laki-laki.
2. Status psikologis tidak berhubungan dengan obesitas sentral pada mahasiswa laki-laki.
3. Tingkat religiusitas tidak berhubungan dengan obesitas sentral pada mahasiswa perempuan.
4. *Anxiety* atau kecemasan berhubungan dengan obesitas sentral pada mahasiswa perempuan.
5. Riwayat kegemukan pada keluarga dapat meningkatkan risiko terjadinya obesitas sentral pada mahasiswa perempuan.

B. Saran

1. Bagi Instansi Pendidikan

Perlu meningkatkan peran dan dukungan dalam promosi pencegahan obesitas sentral mengingat prevalensi obesitas sentral pada mahasiswa mencapai 23,1% dan prevalensi obesitas sentral pada usia ≥ 15 tahun semakin meningkat seiring bertambahnya usia.

2. Bagi Peneliti Lain

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut yang dilakukan dengan melibatkan subyek penelitian yang lebih luas dan lengkap seperti mahasiswa tahap profesi dan institusi pendidikan non religius.