

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan

Tidak terdapat hubungan antara *healthy eating index* dan *waist hip ratio* pada laki-laki dewasa muda.

5.2. Saran

Saran-saran penulis berdasarkan hasil penelitian ini, yaitu:

1. Menggunakan metode asesmen gizi SQ-FFQ (*Semi Quantitative- Food Frequency Questionnaire*) untuk mengetahui asupan makanan subjek.
2. Memperhatikan faktor-faktor lain yang berpengaruh pada analisis hubungan antara HEI dan WHR, seperti : intensitas aktivitas fisik, stress, rata-rata uang saku perbulan.