

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Didapatkan 56,8% mahasiswa perempuan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengonsumsi asupan energi yang berlebih dan 43,2% mahasiswa perempuan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengonsumsi asupan energi yang cukup. Didapatkan 62,5% mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengonsumsi asupan energi yang berlebih dan 37,5% mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengonsumsi asupan energi yang cukup.
2. Didapatkan 56,9% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara memiliki status gizi obesitas dan 43,1% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara memiliki status gizi normal. Pada mahasiswa perempuan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara didapatkan 54,8% dengan status gizi obesitas dan 45,2% dengan status gizi normal. Pada mahasiswa laki-laki Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara didapatkan 62,5% dengan status gizi obesitas dan 37,5% dengan status gizi normal.
3. Didapatkan 55,5% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara memiliki uang saku lebih dari 3 juta rupiah per bulan, sedangkan 44,5% mahasiswa memiliki uang saku kurang dari 3 juta rupiah per bulan.
4. Didapatkan hubungan yang bermakna secara statistik antara asupan energi terhadap obesitas ($p < 0,05$) dan antara uang saku terhadap obesitas ($p < 0,05$).

6.2 Saran

1. Bagi responden disarankan untuk lebih memperhatikan porsi makan yang diasup sehari-hari dan lebih banyak menabung untuk pengeluaran yang lebih penting lainnya.
2. Bagi orang tua disarankan untuk lebih memperhatikan asupan makanan yang diasup oleh anaknya dan mengajari sang anak untuk lebih bijak dalam menggunakan uang saku.
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan pemetaan terkait frekuensi dan lama aktivitas fisik yang dilakukan oleh mahasiswa, serta pemetaan terkait besaran uang saku yang digunakan untuk membelanjakan makanan.