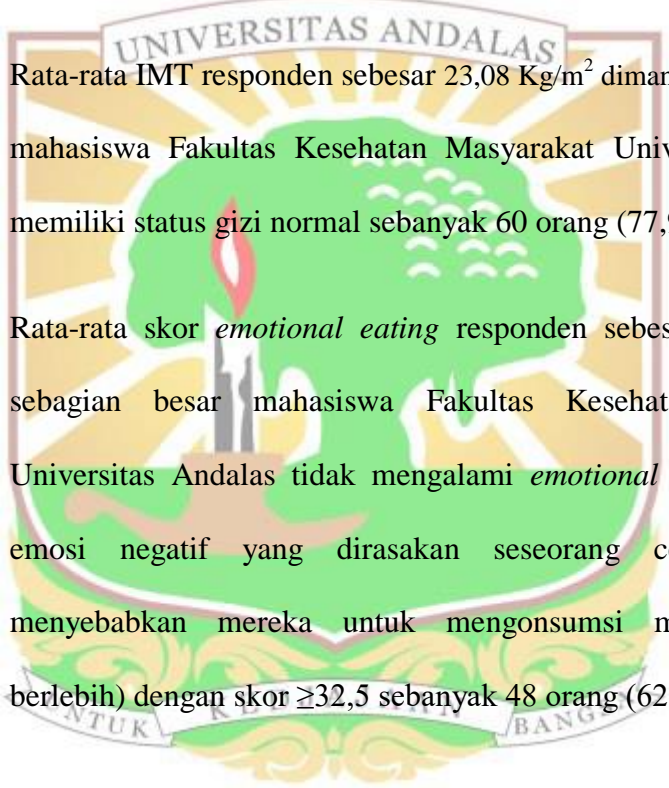


BAB 6 PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, pengujian dan analisa data yang dilakukan mengenai hubungan Asupan energi, *emotional eating*, dan uang saku dengan status gizi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- 
1. Rata-rata IMT responden sebesar 23,08 Kg/m² dimana sebagian besar mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas memiliki status gizi normal sebanyak 60 orang (77,9%).
 2. Rata-rata skor *emotional eating* responden sebesar 30,3 dimana sebagian besar mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas tidak mengalami *emotional eating* (Kondisi emosi negatif yang dirasakan seseorang cenderung akan menyebabkan mereka untuk mengonsumsi makanan secara berlebih) dengan skor $\geq 32,5$ sebanyak 48 orang (62,3%).
 3. Rata-rata uang saku responden sebesar Rp. 35.000 dimana Sebagian besar mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas memiliki uang saku besar (dikategorikan berdasarkan status ekonomi yang dilihat dari besaran UKT mulai dari level 5 hingga 7) yaitu \geq Rp.35.000 sebanyak 38 Orang (51,3%).

4. Rata-rata asupan energi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas adalah 1782 kkal dimana dapat dikatakan asupan makanan energi tergolong cukup ($>80\%$ AKG, wanita dengan total kalori >1800 kkal dan laki-laki >2120 kkal) dari yang dianjurkan yang dialami sebanyak 39 orang responden (50,6%).
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara Asupan Energi dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas dengan p-value 0,001 dan memiliki hubungan yang sedang.
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara *Emotional Eating* dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas dengan p-value 0,001 dan memiliki hubungan yang sedang.
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara Uang Saku dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas dengan p-value 0,006 dan berkorelasi positif yang rendah.

6.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

Bagi mahasiswa dengan status gizi normal diharapkan untuk mempertahankan status gizinya dan melakukan pemantauan secara rutin dengan cara melakukan penimbangan berat badan dan

pengukuran tinggi badan setiap sebulan sekali, sedangkan mahasiswa dengan status gizi tidak normal agar dapat memperbaiki status gizinya dengan lebih memperhatikan konsumsi zat gizi agar sesuai anjuran kecukupan gizi dan mengonsumsi makanan yang beragam sesuai frekuensi yang dianjurkan berdasarkan AKG sesuai umur dan jenis kelamin.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengembangkan dan memperdalam penelitian ini. peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian dengan desain penelitian yang berbeda, seperti case control sehingga dapat lebih menggambarkan faktor risiko yang mempengaruhi status gizi

