

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Hubungan *Electronic Health Literacy* dengan Perilaku Diet Mahasiswa di Universitas Andalas” maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Rata-rata *electronic health literacy* pada mahasiswa di Universitas Andalas sebesar 3,50 (minimum 2,63 dan maksimum 5,00)
2. Rata-rata perilaku diet pada mahasiswa di Universitas Andalas sebesar 3,02 (minimum 1,73 dan maksimum 3,96).
3. Terdapat hubungan antara *electronic health literacy* dengan perilaku diet $p = 0,000$. Arah korelasinya bernilai positif dan kekuatan lemah dengan $r = 0,328$

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan pihak kampus Universitas Andalas dapat membuat sebuah program untuk memperbanyak informasi kesehatan tentang pentingnya mengonsumsi protein, buah dan sayur yang cukup serta dampak yang ditimbulkan jika terlalu sering mengonsumsi makanan manis dan berminyak. Sehingga, hal tersebut dapat meningkatkan *electronic health literacy* mahasiswa. Kemudian, mahasiswa bisa

memiliki perilaku kesehatan yang baik salah satunya adalah perilaku diet sehat.

2. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Diharapkan referensi dan informasi yang ada dalam penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan dasar dalam pentingnya *electronic health literacy* yang baik untuk meningkatkan perilaku diet yang sehat.

3. Bagi Mahasiswa

Diharapkan kepada mahasiswa agar bisa mempertahankan dan meningkatkan *electronic health literacy*. Mahasiswa juga diharapkan untuk memperbanyak konsumsi asupan diet sehat seperti protein nabati (tempe), buah dan sayur. Kemudian, Mahasiswa juga diharapkan untuk mengurangi konsumsi makanan manis, makanan yang digoreng dan makanan olahan seperti bakso, syomai, batagor dan lain sebagainya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan data awal atau perbandingan bagi peneliti selanjutnya terkait *electronic health literacy* dengan perilaku diet pada mahasiswa