

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian hubungan paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi paparan media sosial dari responden sebagian besar adalah terpapar media sosial tinggi sebanyak (75%).
2. Distribusi frekuensi pengetahuan gizi dari responden sebagian besar adalah memiliki pengetahuan gizi baik (59,1%).
3. Distribusi frekuensi sikap dari responden sebagian besar adalah memiliki sikap positif (58,3%).
4. Distribusi frekuensi tindakan dari responden sebagian besar adalah memiliki tindakan positif (51,4%).
5. Distribusi frekuensi perilaku konsumsi makanan berisiko dari responden sebagian besar adalah memiliki perilaku konsumsi tidak berisiko (53%).
6. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara paparan media sosial dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas ($p\text{-value}=0,341$).
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas ($p\text{-value}=0,46$).

8. Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap dengan dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas ($p\text{-value}=0,001$)

6.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat membatasi konsumsi makanan berisiko sebagai bentuk mengaplikasikan ilmu yang telah diberikan, meningkatkan pengetahuan gizi terkait batas maksimum mengonsumsi makanan berisiko serta dampak mengonsumsi makanan berisiko.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan khususnya pihak yang terlibat langsung kepada mahasiswa disarankan memanfaatkan media sosial sebagai media informasi untuk memberikan pendalaman ilmu tentang batas maksimum mengonsumsi makanan berisiko sesuai anjuran dari WHO maupun kemenkes sehingga informasi yang diberikan dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pemahaman.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat melakukan penelitian dengan sampel yang lebih beragam dan variabel yang lebih spesifik agar mendapat gambaran yang lebih luas serta dapat memberikan penyuluhan terkait gizi seimbang dan dampak makanan berisiko menggunakan media sosial yang paling banyak digunakan responden.