

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

#### **1.1 Kesimpulan**

Penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas mengenai korelasi tingkat stres dengan indeks massa tubuh dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebanyak 27,5% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas mengalami stres ringan hingga stres berat.
2. Sebanyak 16,5% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas mengalami kekurangan berat badan dan 35,2% mengalami kelebihan berat badan.
3. Korelasi antara tingkat stres dan indeks massa tubuh (IMT) tidak ditemukan.

#### **1.2 Saran**

1. Diperlukan manajemen stres dan konseling bagi mahasiswa.
2. Diperlukan pengelolaan pola hidup yang baik dan sehat bagi mahasiswa.
3. Diperlukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan representatif mengenai tingkat stres dan IMT.

