

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan kualitas tidur dan status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswa program studi kebidanan program sarjana Universitas Andalas dengan total sampel 83 orang yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Lebih dari separuh responden memiliki kualitas tidur terganggu di Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Andalas.
2. Lebih dari separuh responden memiliki status gizi (indeks massa tubuh) tidak normal di Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Andalas.
3. Lebih dari separuh responden mengalami anemia di Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Andalas.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian anemia pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Andalas.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas Andalas.

7.2 Saran

Saran yang dapat disampaikan oleh peneliti berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Bagi Responden
Diharapkan dapat memperhatikan dan memperbaiki kualitas tidur dan status gizi agar dapat mencegah terjadinya anemia.
2. Bagi Peneliti selanjutnya
Diharapkan peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia pada subjek penelitian.

3. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan dapat menjadi masukan bahan evaluasi pada prodi kebidanan program sarjana Unand dalam manajemen *schedule* perkuliahan.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan kepustakaan bagi institusi pendidikan serta mampu menjadi masukan bagi akademik untuk proses pembelajaran mengenai hubungan kualitas tidur dan status gizi dengan kejadian anemia.

