

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Pada penelitian ini terdapat 133 sampel dengan rata – rata sampel adalah berjenis kelamin perempuan terdiri dari usia 19 tahun sampai dengan 22 tahun.
- b. Kategori Indeks Massa Tubuh sampel terbanyak yaitu pada kategori normal yaitu dengan persentase 31,6% dan yang terakhir yaitu pada kategori obesitas 2 dengan persentase 6,8%
- c. Pada umumnya sampel dalam penelitian ini memiliki indeks massa tubuh pada kategori normal yaitu dengan persentase 31,6%.
- d. Kesimpulan dari hasil uji data analisa hubungan bahwa hasil dari penelitian ini tidak terdapat adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 Keperawatan UPN Veteran Jakarta.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian pada sampel perempuan dan laki-laki dengan jumlah yang sama sehingga dapat melihat hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 Keperawatan UPN Veteran Jakarta dari segi faktor jenis kelamin dan juga menelaah lebih untuk faktor lain yang mempengaruhi hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 Keperawatan UPN Veteran Jakarta.

V.2.2 Bagi Responden

Disarankan kepada responden untuk mengontrol berat badannya karena berat badan adalah salah satu faktor untuk menghindari tingkat kecemasan

V.2.3 Bagi Fisioterapis

Disarankan kepada fisioterapis untuk lebih peduli terhadap tingkat kecemasan dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa S1 UPN “Veteran” Jakarta dengan mengadakan penyuluhan membahas bahaya obesitas sekaligus mengadakan senam rutin atau acara olahraga agar aktivitas fisik para remaja tetap terjaga dan dapat menekan indeks massa tubuh yang tinggi.