

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan pembahasan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta tahun 2020, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat 69.4% mahasiswa memiliki perilaku makan baik, 73.5% mahasiswa berjenis kelamin perempuan, 57.1% mahasiswa memiliki persepsi citra tubuh positif, 51% mahasiswa memiliki tingkat stres sedang dan 51% mahasiswa mengalami positif *emotional eating*.

Dari hasil uji bivariat diketahui bahwa dari keempat variabel independen, hubungan yang bermakna hanya ada pada variabel persepsi citra tubuh dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta tahun 2020

B. Saran

1. Bagi mahasiswa tingkat akhir disarankan untuk membangun kepercayaan diri yang baik agar tercipta persepsi citra tubuh positif. Bagi yang memiliki persepsi citra tubuh negatif dan perilaku makan buruk bisa dijadikan motivasi untuk mencapai status gizi yang lebih baik dengan upaya yang benar.

2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkaji faktor pengganggu yang tidak ikut diteliti dalam penelitian ini yaitu aktivitas fisik dengan mengetahui intensitas olahraga dari responden. Disarankan juga untuk menggunakan desain penelitian longitudinal sehingga bisa mempelajari suatu pola atau perubahan seiring dengan berjalannya waktu, menggunakan alat ukur lain dalam menilai variabel sehingga hasil bisa lebih akurat, serta dapat membandingkan perilaku makan mahasiswa Fakultas Kedokteran dari tingkat I hingga IV.

Maya Kartika Hadiyuni, 2021

***ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR
FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ***

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Kedokteran

[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]