

BAB IV

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian tentang ‘‘Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang pada Mahasiswa Tingkat III Prodi D III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Klaten’’ adalah sebagai berikut :

1. Dari hasil penelitian di dominasi responden perempuan dengan rata-rata usia 20 tahun, sebagian besar responden memiliki rata-rata berat badan 55,4 kg dan rata-rata tinggi badan 159 cm serta sebagian besar memiliki IMT normal sebanyak 48 responden.
2. Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang pada mahasiswa didapatkan hasil sebanyak 11 responden (13,6%) memiliki tingkat pengetahuan baik tentang gizi seimbang, 55 responden (67,9%) memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang gizi seimbang, dan sebanyak 15 responden (18,5%) memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang gizi seimbang.

A. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian dan kesimpulan diatas maka dapat diberikan saran-saran sebagai berikut :

1. **Bagi Mahasiswa**
Diharapkan dengan adanya penelitian ini mahasiswa dapat digunakan sebagai sumber referensi terkait gizi seimbang.
2. **Bagi Institusi Pendidikan**
Diharapkan dapat menambah sumber referensi di kampus untuk memberikan akses kepada mahasiswa mencari ilmu pengetahuan terkait gizi seimbang.
3. **Bagi Peneliti Selanjutnya**
Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data untuk menambah wawasan dan mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan gizi seimbang dengan lebih bervariasi dan variabel yang berbeda. Dan diharapkan lebih bisa mengembangkan penelitian yang sudah dilakukan dengan menciptakan inovasi-inovasi yang nantinya akan berguna untuk peningkatan ilmu pengetahuan.