

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dari penelitian ini dari penelitian mengenai “Hubungan Perilaku Pola Makan dengan IMT pada Mahasiswa Tingkat 2 Ilmu Keperawatan Universitas Muhamadiyah Klaten” adalah sebagai berikut:

1. Perilaku pola makan pada mahasiswa Tingkat 2 Ilmu Keperawatan Universitas Muhamadiyah Klaten adalah pola makan dengan mayoritas buruk sebanyak 60 orang (61.2%).
2. Indeks Massa Tubuh Mahasiswa tingkat 2 Ilmu Keperawatan Universitas Muhamadiyah Klaten yaitu teridentifikasi sebanyak 98 responden didapatkan hasil bahwa mayoritas responden yaitu dengan IMT normal 61 orang (62.6%).
3. Berdasarkan hasil diketahui bahwa responden yang pola makan karbohidrat buruk dengan IMT kurus yaitu 6 orang (6,1%), dan dengan IMT normal yaitu 37 orang (37,8%), dan dengan IMT gemuk 17 orang (17,3%), sedangkan dengan pola makan karbohidrat baik dengan IMT kurus yaitu 15 orang (15,3%), dan dengan IMT normal yaitu 23 orang (23,5%), dan dengan IMT gemuk 0 orang (0,0%). Hasil analisis bivariante menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola makan karbohidrat dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Mahasiswa Tingkat 2 Ilmu Keperawatan di Universitas Muhamadiyah Klaten Tahun 2024 dengan  $p \text{ value} = 0,000 < 0,005$  sehingga dapat disimpulkan responden yang pola makan karbohidrat buruk merupakan salah satu penyebab dan dapat mempengaruhi berat badan lebih dan berat badan kurang. Nilai koefisien korelasi atau nilai  $r = -0.434$  menunjukkan korelasi negative yang kuat. Terdapat hubungan antara pola makan dengan indeks massa tubuh (IMT).

#### **B. Saran**

1. Bagi Mahasiswa  
Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini, mahasiswa dapat meningkatkan kesiapan untuk mengajarkan tugas akhir dengan menyadari pola makan buruk dapat segera diatasi dan tidak berefek pada Indeks Massa Tubuh.
2. Bagi Universitas Muhamadiyah Klaten

Diharapkan penelitian ini menjadi referensi dan menambah kepastakaan sertainformasi bagi mahasiswa untuk mengerjakan tugas kuliah dan tugas akhir.

3. Bagi Perawat

Diharapkan untuk lebih memberikan informasi tentang hal-hal yang berhubungan dengan pemeliharaan pasien, supaya pasien tidak kekurangan informasi.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk melaksanakan penelitian untuk mengetahui factor-faktor lain selain pola makan yang mempengaruhi Indeks Massa Tubuh.