

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan frekuensi konsumsi buah dan sayur dengan imt mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden pada penelitian berdasarkan jenis kelamin sebagian besar adalah perempuan.
2. Frekuensi konsumsi buah mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan hasil nilai median 4,0, nilai minimum 0 dan nilai maximum 16.
3. Frekuensi konsumsi sayur mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan hasil nilai median yaitu 7,0, nilai minimum 0 dan nilai maximum 21.
4. Indeks Massa Tubuh (IMT) mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan hasil nilai median yaitu 20,57 (normal), nilai minimum 14,87 dan maximum 33,62.
5. Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi buah dengan imt mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan kekuatan korelasi lemah dan arah korelasi negatif.
6. Tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi sayur dengan imt mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan kekuatan korelasi sangat lemah dan arah korelasi negatif.

B. SARAN

Berdasarkan hasil, pembahasan, dan kesimpulan penelitian tentang hubungan frekuensi konsumsi buah dan sayur dengan imt mahasiswa keperawatan fakultas kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, terdapat beberapa saran yang diajukan sebagai pertimbangan, yaitu:

1. Bagi mahasiswa keperawatan

Mahasiswa keperawatan diharapkan untuk meningkatkan dan membiasakan dalam mengkonsumsi buah dan sayur sesuai anjuran Depkes RI.

2. Peneliti selanjutnya

Diharapkan dilakukan penelitian lanjutan yang lebih mendalam dan menambah variable seperti faktor lain yang mungkin berhubungan dengan mengkonsumsi buah dan sayur, dan dengan subjek yang berbeda.

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan bisa menggunakan metode dan alat ukur yang sudah terstandar.