

## **BAB V PENUTUP**

### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan pengetahuan, pola makan dengan status gizi mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi mahasiswa Fakultas Olahraga dan Kesehatan dengan *p value*= 0,311.
2. Terdapat hubungan antara frekuensi makan dengan status gizi mahasiswa dengan *p value*= 0,000.
3. Terdapat hubungan antara menu makan dengan status gizi mahasiswa dengan *p value*= 0,001.
4. Terdapat hubungan antara waktu makan dengan status gizi mahasiswa dengan *p value*= 0,041.

### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diharapkan mahasiswa dapat menerapkan pengetahuan tentang gizi yang mereka dapatkan dibangku kuliah.
2. Diharapkan mahasiswa dapat mengatur pola makan mereka sehari-hari, seperti frekuensi makan, menu makan dan waktu makan sehingga status gizi mereka menjadi normal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arisman. 2008. *Edisi 2 Gizi dalam Daur Kehidupan*. Kedokteran EGC: Jakarta
- Badriah, D. L. 2014. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. PT Refika Aditama: Bandung
- Beck, M. E. 2011. *Ilmu Gizi dan Diet*. Yayasan Essentia Medica (YEM): Yogyakarta
- Bening, S. 2014. *Perbedaan Pengetahuan gizi, Body Image, Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswi Gizi dan Non Gizi Universitas Diponegoro*. Skripsi. Universitas Diponegoro
- Diskamara, E. R. 2009. *Hubungan Profil Keluarga dengan Pola Penyakit Pasien Keluarga Binaan Klinik Dokter Keluarga Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Tahun 2006-2008*. Skripsi. Universitas Indonesia
- Erpridawat, D. D. 2012. *Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi dengan Status Gizi Siswa Smp di Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Fadilah, C. N. N. 2015. *Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Biologi Fkip Unsyiah*. Skripsi. Universitas Syiah Kuala Banda Aceh
- Fatimah, L. S. 2015. *Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Status Gizi Anak Sekolah Dasar di SDN Sukasenang Kecamatan Singaparna Tahun 2015*.skripsi. Politeknik Kesehatan Tasikmalaya
- Ginting, H. BR. 2003. *Hubungan Pengetahuan Gizi dengan pola makan mahasiswa kesehatan dan non kesehatan yang kos di Kelurahan Padang Bulan Kecamatan Medan Baru Kotamadya Medan Tahun 2002*. Skripsi. Universitas Sumatra Utara
- Gultom, P. D. 2010. *Pengaruh Karakteristik Ibu Balita Terhadap Partisipasi dalam Penimbangan Balita (D/S) di Posyandu Desa Binjai Kecamatan Medan Denai Kota Medan Tahun 2010*. Skripsi. Universitas Sumatra Utara Medan
- Handayani, I. 2012. *Gambaran Pola Makan Suku Melayu Dan Suku Jawa Di Desa Selemak Kecamatan Hampan Perak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2012*. Skripsi. Universitas Sumatra Utara

- Heryanti, E. 2009. *Kebiasaan Makan Cepat Saji (Fast Food Modern), Aktivitas Fisik dan Faktor Lainnya Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Penghuni Asrama UI Depok Tahun 2009*. Skripsi. Universitas Indonesia
- Istiany, A. dan Russilanti. 2013. *Gizi Terapan*. PT Remaja Rosdakarya: Bandung
- Kemendes. 2015. *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Kementerian Kesehatan RI: Jakarta
- Kusuma, A. K. 2014. *Gambaran Pola Makan dan Status Gizi Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar*. Skripsi. Universitas Hasanuddin Makassar
- Munawaroh, L. 2006. *hubungan antara tingkat pengetahuan gizi ibu, pola makan balita dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta: Jakarta
- Nugroho, A. W. dan Niko Santoso. 2008. *Edisi 2 Ilmu Gizi Menjadi Sangat Mudah*. Kedokteran EGC: Jakarta
- Nurachmah, E. 2001. *Nutrisi Dalam Keperawatan*. CV Sagung Seto: Jakarta
- Permenkes RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan RI: Jakarta
- Poetra, G. K. dan Marsetyo. 2008. *Ilmu Gizi*. PT Rineka Cipta: Jakarta
- Rahmawati, F. 2011. *Gizi, Makanan Dan DIIT*. Bahan ajar Praktek Diit. Universitas Negeri Yogyakarta
- Ramud, S. H. 2013. *Hubungan Antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Status Gizi Mahasiswa Kedokteran Universitas Syiah Kuala Banda Aceh*. Skripsi. Universitas Syiah Kuala Banda Aceh
- Setyorini, K. 2010. *Hubungan Body Image Dan Pengetahuan Gizi Dengan Perilaku Makan Remaja Putri (Studi Kasus Di Kelas X Dan Xi Sman 4 Semarang)*. Skripsi. Universitas Diponegoro
- Suci, S. P. 2011. *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pola Makan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2011*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah

Supriasa, I. D. N. dkk. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Kedokteran EGC: Jakarta

Waryana. 2010. *Gizi Reproduksi*. Pustaka Rihama: Yogyakarta

Widyastuti, P. dan Erita, A. H . 2005. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Kedokteran EGC: Jakarta