

## **BAB V PENUTUP**

### **5.1 Simpulan**

1. Status gizi Mahasiswa yang mengkonsumsi Obat pelangsing adalah *Overweight* sebanyak 33 orang (94,3%), dan *Obesitas* sebanyak 2 orang (5,7%).
2. Pengetahuan Mahasiswa yang Mengkonsumsi Obat pelangsing adalah baik sebanyak 12 responden (34,3%), cukup sebanyak 16 responden (45,7%), dan kurangsebanyak 7 orang (20,0%).
3. Mahasiswa *Overweight* yang melakukan pola kombinasisebanyak 10 orang (30,3%) dan yang melakukan pola tunggal sebanyak 23 orang (69,7%). Sedangkan mahasiswa *Obesitas* yang melakukan pola kombinasi 1 orang (50,0%) dan yang melakukan pola tunggal 1 orang (50,0%).

### **5.2 Saran**

1. Bagi Mahasiswa:

Agar dapat melakukan Pola Konsumsi obat pelangsing dengan benar, sehingga tidak berdampak pada kesehatan. Diharapkan juga kepada mahasiswa tidak salah dalam memilih obat pelangsing, oleh karena itu diperlukan informasi dari berbagai sumber, agar supaya tidak salah dalam menagmbil tidankan.

2. Bagi Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Dapat memberikan Informasih yang bermanfaat tentang Kesehatan dalam menjaga tubuh agar tetap sehat, dan lebih meningkatkan sumber pengetahuan secara teoritis.

### 3. Bagi masyarakat

Agar dapat membedakan mana obat pelangsing yang benar-benar dapat dikonsumsi dan mana yang tidak, dan apabila dalam mengonsumsi obat pelangsing pilihan pola kombinasi, karena penurunan berat badan tidak efektif apabila hanya sekedar mengurangi porsi makan makan, namun harus diimbangi dengan olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, S.P. F. 2013. Peran media massa cetak (koran) dalam meningkatkan pariwisata danau dua rasa(labuan cermin), Berau. *Jurnal*. Vol 1, nomor 4, 2013; 93-94
- Catur, P.S. P. 2007. *Kajian motivasi dan pengetahuan untuk menggunakan produk pelangsing tubuh pada mahasiswa kampus III universitas sanata dharma yogyakarta* (skripsi). Yogyakarta. Fakultas farmasi. Hal; 27-29
- Ercho, NC, Berawi K, dkk. 2013. *Hubungan Obesitas dengan Kadar LDL dan HDL pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Tahun 2013* [Skripsi]. Lampung: Fakultas kedokteran Universitas Lampung. 2013.
- IDKF "Teori Konsumen". <http://www.IDKF.com/berita.html> (diakses, 24 juni 2014)
- Krumel, D.M dan Penny, M.K. 1996. *Nutrition in women's Health*, Aspen Publisher's inc, Maryland.
- Muwakhidah dan Dian TH.2008. Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Obesitas Remaja. *Jurnal Kesehatan*, ISSN 1979-7621. 2008; 1:133-140.
- Miftah, M.2011. *Gambaran Aktifitas Olahraga pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2011 Yang Menderita Obesitas* [Skripsi]. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. 2011.
- Nurchahyo, F. 2011. Kaitan antara obesitas dan fisik. *Jurnal*. Vol. VII, no 1: 87-96
- Nurrianto, A. 2010. *Teori mikro ekonomi studi perbandingan ekonomi islam dan ekonomi konvensional*. (Jakarta: kencana prenada media group,2010) hal.4
- Notoadmodjo, S. 2005. *Metode penelitian kesehatan*: jakarta. Rineka cipta
- Oxaly. "konsumendan pengetahuan konsumen. <http://www.oxlay.com/berita.html> (diakses, 26 juni 2014)
- Prasetjo. 2005. *Teori pola konsumsi*. <http://prasetjo.com/berita.html>.(diakses 20 mei 2014)
- Resyidi, S. 2006. *Pengantar teor iekonomi*. Jakarta: PT.Raja grafindo Persada.

- Riskesdes. 2010. Jakarta :Badan penelitian dan pengembangan kesehatan, Depkes RI.
- Rakhmawati,A.2013.Hubungan Obesitas dengan Kejadian Gangguan Siklus Menstruasi. *Jurnal*. Vol. II, No 2: 7-8
- Sardjito. 2009. Pengaruh Kombinasi terpi sulfonilure, metformin, dan acarbose pada pasien diabetes melitus 2. *Jurnal*. Hal; 225-227
- Suhardjo. 2000. *PerananpangandanGizi*. Jakarta: BumiAksara.
- Notoatmodjo, S. 2004. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sitiatava, R.P. 2013. *Gizi dan Diet*. Banguntapan Jogjakarta: D-Medika
- Sudarsono. 1997. *Kamus Kesling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Turow dan Joseph, 2009, *Media Today: an Intro-duction to Mass Cammunication*, Lon- don & New York : Routledge.
- Yussac MAA, Cahyadi A, Putri AC, dkk. 2007. *PrevalensiObesitaspadaAnakUsia 4-6 TahundanHubungannyadenganAsupansertaPolaMakan*.MajalahKedokteran Indonesia.2007; 57: 47-53.
- Yulia, S. 2015. *Faktor-fakor yang mempengaruhi kepatuhan dalam menjalankan diet pada penderita DM tipe (Skripsi)*. Semarang: Jurusan Kesehatan Masyarakat. Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Semarang.