

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan tentang “Korelasi antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan Sehari-hari terhadap Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang”, dapat ditarik beberapa kesimpulan, antara lain sebagai berikut:

1. Pengetahuan gizi tidak memiliki hubungan yang erat terhadap status gizi. Hal ini di tunjukkan dari nilai $t_{hitung} = - 2,168$ dengan signifikansi 0,005 diperoleh nilai $t_{tabel} = 1,674$, maka nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan gizi terhadap status gizi mahasiswa pendidikan biologi angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang.
2. Pola makan sehari-hari memiliki hubungan yang erat terhadap status gizi. hal ini di tunjukkan dari nilai $t_{hitung} = 2,452$ dengan signifikansi 0,005 diperoleh nilai $t_{tabel} = 1,674$, maka nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan sehari-hari terhadap status gizi mahasiswa pendidikan biologi angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang.
3. Pengetahuan gizi dan pola makan sehari-hari memiliki hubungan yang erat terhadap status gizi. hal ini di tunjukkan

dari nilai $t_{hitung} = 2,843$ dengan signifikansi 0,005 diperoleh nilai $t_{tabel} = 1,674$, maka nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan gizi dan pola makan sehari-hari terhadap status gizi mahasiswa pendidikan biologi angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang. Sedangkan nilai kontribusi sebesar 21,16%, sehingga pengetahuan gizi dan pola makan sehari-hari menyumbang sebesar 21,16% dan 78,84% dipengaruhi oleh faktor lain.

B. Saran

Sebagai penutup dari penulisan skripsi ini, dengan penelitian yang berjudul “Korelasi Antara Pengetahuan Gizi dan Pola Makan Sehari-hari dengan Status Gizi Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2012 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Walisongo Semarang” maka peneliti memberikan beberapa saran kepada pihak-pihak tertentu berkaitan dengan hasil penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa hendaknya memperhatikan pengetahuan gizi dan pola makan agar asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh sesuai dengan kebutuhan tubuh sehari-hari karena hal tersebut akan mempengaruhi status gizi mahasiswa.
2. Bagi para dosen hendaknya memberikan pengarahan kepada mahasiswa agar memiliki pengetahuan gizi yang memadai dan pola makan yang baik sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi.

3. Bagi para peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang telah dilakukan ini baik pada objek yang berbeda maupun permasalahan yang semakin diperluas. Baik pada permasalahan gizi maupun status gizi.