BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan "Gambaran Asupan Gizi dan Status Gizi Mahasiswa Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025" yang telah dilakukan terhadap 245 Mahasiswa Jurusan Gizi, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik Mahasiswa Gizi hampir sebagian berusia 21 tahun dan hampir seluruhnya berjenis kelamin perempuan.
2. Asupan Gizi Mahasiswa, hampir sebagian asupan energi kategori defisit berat, sebagian asupan protein kategori normal dan hampir sebagian besar asupan lemak serta sebagian besar asupan karbohidrat dalam kategori defisit berat.
3. Sebagian bes Mahasiswa Jurusan Gizi memiliki status gizi normal.

B. Saran

1. Bagi Akademik

   Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan ajar yang dijadikan sebagai referensi bagi mengembangkan ilmu serta dapat memberikan informasi yang akurat kepada mahasiswa dan pihak terkait lainnya tentang status gizi serta dapat dijadikan sebagi bahan bacaan dan referensi di perpustakaan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan penggunaan metode penilaian asupan gizi seperti Food Frequency Questionnaire (FFQ) atau pencatatan makanan (*food record*) agar hasil yang diperoleh lebih akurat.

3. Bagi Mahasiswa Jurusan Gizi

   Untuk mahasiswa jurusan gizi diharapkan meningkatkan asupan makanan yang seimbang sesuai kebutuhan gizi.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu