

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian pada perawat yang bertugas gilir dan non gilir, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- a. Secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan yang signifikan IMT pada perawat yang bertugas gilir dan non gilir di RS. Muhamadiyah Bandung karena p value dari hasil uji lebih dari nilai probabilitas.
- b. IMT baik pada perawata yang bertugas gilir maupun non gilir secara umum masuk ke dalam kategori obesitas karena berada pada interval 30,0 – 39,9

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademik

- a. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan lingkup sampel yang lebih luas supaya dapat dilakukan perbandingan dan penyempurnaan pada penelitian ini.
- b. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan aktivitas fisik dan pola makan dari responden sebagai variabel yang diteliti karena hal tersebut merupakan factor yang memiliki potensi dalam meningkatkan atau menurunkan IMT dan komposisi lemak.

5.2.2 Saran Praktis

- a. Bagi perawat di RS Muhammadiyah Bandung dapat meningkatkan aktivitas fisik untuk menjaga BB/IMT nya kepada rutinitas keseharian