

## **BAB 6**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 178 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara pada tanggal 1-13 maret 2015, dapat di simpulkan sebagai brkut :

1. Responden yang mengonsumsi serat kurang sebanyak 51 orang (28,7%).
2. Dari 51 orang yang mengonsumsi serat kurang sebanyak 40 orang (78,4%) mengalami kejadian konstipasi.
3. Secara epidemiologi responden yang mengonsumsi serat kurang mempunyai risiko 4,15 kali lebih besar untuk mengalami kejadian konstipasi dibandingkan responden yang mengonsumsi serat yang cukup , Secara statistik hubungan tersebut bermakna (PR= 4,15; *p-value* = 0,0001).

#### **6.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa hal penting yang perlu dipertimbangkan untuk dilaksanakan, diantaranya :

1. Menyarankan kepada mahasiswa agar mengonsumsi cukup serat
2. Menyarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunakan desain studi yang lain, dan meneliti semua faktor risiko.