

VI. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan disimpulkan sebagai berikut:

1. Pola konsumsi pangan mahasiswa belum beragam atau bervariasi.
Mahasiswa Fakultas Pertanian UNILA memiliki kebiasaan makan sumber energi berasal dari beras/nasi. Pangan sumber protein berasal dari telur, sedangkan sumber vitamin A berasal dari sayur toge dan buah apel. Sumber pangan diperoleh dari membeli di pasar dan di warung sekitar tempat tinggal.
2. Tingkat Kecukupan Gizi mahasiswa FP UNILA berada dalam kategori sedang, namun untuk kandungan energi telah melebihi standar (101,35 persen), sedangkan untuk protein sebesar 86,7 persen, vitamin A sebesar 87,0 persen dan Fe sebesar 90,3 persen masih perlu ditingkatkan
3. Tingkat Kecukupan Gizi energi, vitamin A dan Fe dipengaruhi oleh jenis kelamin, adapun Tingkat Kecukupan Gizi protein dipengaruhi oleh pengeluaran pangan dan jenis kelamin.

B. **Saran**

1. Mahasiswa perlu meningkatkan konsumsi pangan khususnya yang banyak mengandung protein, vitamin A dan Fe seperti banyak mengkonsumsi lauk-pauk, sayur dan buah setiap hari. Untuk dapat mencapai kontribusi pangan ideal serta dapat meningkatkan skor TKG masing-masing zat gizi agar mencapai angka 100 persen.
2. Hasil analisis regresi yang telah dilakukan hanya dua faktor penelitian yang berpengaruh nyata terhadap pola konsumsi pangan mahasiswa FP UNILA, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dianalisis. Oleh karena itu perlu adanya penelitian lanjutan untuk menganalisis faktor-faktor lain yang mempengaruhi seperti perbedaan karakteristik perilaku konsumen dalam mengkonsumsi suatu pangan dan faktor akseptabilitas (pantangan-pantangan dalam mengkonsumsi suatu makanan).
3. Kepada Dekan dan Rektor untuk memberikan penyuluhan tentang standar gizi di lingkungan kampus. Kegiatan ini dapat terlaksana melalui kerjasama dengan dosen dalam proses belajar mengajar di kelas.