

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil Penelitian yang telah dilakukan pada Remaja Kelas XI di SMA Negeri 7 Kota Kupang yang dapat disimpulkan bahwa :

1. Diketahui bahwa Pengetahuan Gizi Remaja Putri Di SMA Negeri 7 Kota kupang dengan Kategori Baik sebesar 73,9% , Kateigori Cukup sebesar 14,5% dan Kategori kurang sebesar 11,6%
2. Diketahui bahwa Kejadian KEK pada Remaja Putri Di SMA Negeri 7 Kota kupang dengan kategori Normal sebesar 50,7 % dan Kateigori Beresiko KEK sebesar 49,3%
3. Diketahui bahwa asupan makan remaja Putri Di SMA Negri 7 Kota Kupang yaitu Asupan Energi dengan Kategori Baik sebesar 15,9% dan Kategori Kurang sebesar 84,1%, Asupan Protein dengan Kategori Baik sebesar 7,2 % dan Kategori Kurang sebesar 92,8%, Asupan Lemak dengan Kategori Baik sebesar 49,3 % dan Kategori Kurang sebesar 50,7 % dan Asupan Karbohidrat dengan Kategori Baik sebesar 29,0 % dan Kategori Kurang sebesar 71,0%
4. Tidak terdapat Hubungan antara asupan makan dengan kejadian KEK di SMA Negeri 7 Kota Kupang yaitu Asupan Energi dengan Kajadian (p value = 0,513), Asupan Protein dengan Kajadian KEK (p value = 0,54), Asupan Lemak dengan Kejadian KEK (p value = 0,31) dan Asupan Karbohidrat dengan Kajadian KEK (p value = 0,185)

B. Saran

1. Bagi remaja putri

Hasil Peneilitian ini diharapkan dapat meinambah pengetahuan tentang kekurangan energi kronik dan pentingnya asupan makan bagi remaja putri

2. Bagi SMAN 7 Kota Kupang

hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi mengenai kejadian KEK di kalangan remaja putri di Sekolah SMAN 7 Kota Kupang, sehingga sekolah dapat mengatasi masalah ini dan memberikan pembelajaran, pengajaran, dan intervensi gizi khusus dalam yang berkaitan dengan KEK pada remaja putri.

3. Bagi Peneliti

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti terkait penyakit kurangan energi kronik dan menambah pengetahuan tentang asupan makan

4. Bagi institusi

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai informasi yang bermanfaat untuk mengembangkan ilmu sehingga dapat digunakan oleh mahasiswa/i sebagai panduan dalam membaca dan menambah pengetahuan terkait kekurangan energi kronik.