

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Di Kota Kupang, remaja putri yang duduk di kelas XI SMA Negeri 7 menjadi subjek penelitian sebagai berikut:

- a) Diketahui bahwa status KEK remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang dalam kategori resiko KEK 64,9% serta kategori tidak resiko KEK 35,1%.
- b) Diketahui bahwa bodyimage remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang dalam kategori body image negatif 66,2%, serta body image positif 33,8%.
- c) Diketahui asupan Protein dengan kategori kurang sebanyak 62,8%
- d) Diketahui asupan Lemak dengan kategori kurang sebanyak 100,0%.
- e) Diketahui asupan karbohidrat dengan kategori kurang sebanyak 30,4%,
- f) Ada hubungan yang signifikan antara body image dengan status KEK di SMA Negeri 7 Kota Kupang ($p\ value = 0,000$)
- g) Tidak ada hubungan antara asupan zat gizi makro yaitu protein ($p\ value = 0,114$), serta karbohidrat ($p\ value = 0,971$) dengan status KEK di SMA Negeri 7 Kota Kupang.

B. Saran

a) Bagi remaja putri

Remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Kupang dan dapat memperbaiki asupan dan persepsi terhadap bentuk tubuh menjadi lebih baik dengan memperhatikan asupan makronutiren.

b) Bagi SMA Negeri 7 Kota Kupang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terhadap pihak sekolah agar dapat berupaya mengurangi / memperbaiki status KEK yang di alami oleh remaja putri seperti diadakan kantin sehat.

c) Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian berkaitan dengan status Kekurangan Energi Kronik seperti aktivitas fisik remaja putri dan perilaku diet pada remaja putri.