

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di SMAN 6 Kendari, Kota Kendari, Provinsi Sulawesi Tenggara pada Tahun 2022 dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar remaja putri dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK), berdasarkan tingkat asupan energi dengan kategori kurang yaitu sebesar 81,25%.
2. Sebagian besar remaja putri dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK), berdasarkan tingkat asupan protein dengan kategori kurang sebesar 70%.
3. Sebagian besar remaja putri dengan kejadian Kurang Energi Kronik (KEK), berdasarkan pola makan dengan kategori baik sebesar 51,25%.
4. Terdapat 80 sampel atau remaja putri menderita Kurang Energi Kronik (KEK).

B. Saran

1. Diharapkan bagi remaja putri untuk lebih meningkatkan dan peduli terhadap pola makan sehat agar kebutuhan gizi dapat terpenuhi, dan juga asupan energi maupun protein dapat terhindar dari berbagai masalah kesehatan.
2. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian ini dengan melakukan penyuluhan gizi untuk menambah pengetahuan.