

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat asupan energi remaja putri di Desa Tirtorahayu Sebagian besar kategori kurang 56 (100%).
2. Tingkat asupan protein remaja putri di Desa Tirtorahayu Sebagian besar kategori kurang 47 (83,9%).
3. Status KEK berdasarkan pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) menunjukkan bahwa Sebagian besar remaja putri termasuk dalam kategori tidak KEK (55,4% ) dan (44,6 %) mengalami KEK.
4. Remaja putri dengan asupan energi (45,5%) dan protein (46,8%) kategori kurang menunjukkan kecenderungan KEK yang lebih tinggi dibandingkan remaja putri dengan asupan energi (0%) dan protein 42,9% kategori baik.

#### **B. Saran**

1. Ahli Gizi Puskesmas Galur I

Puskesmas diharapkan meningkatkan skrining status gizi melalui pengukuran LILA serta edukasi gizi secara rutin kepada remaja putri mengenai pemenuhan kebutuhan energi dan protein melalui posyandu remaja atau program sekolah untuk mencegah terjadinya KEK.

2. Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dengan menambahkan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan terjadinya KEK. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi serta menambah pengetahuan bagi peneliti lain dalam mengembangkan penelitian ini.