

BAB VI : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang hubungan pengetahuan gizi, *body image* dan status ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri di MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022 yang beresiko KEK yaitu sebanyak 55,4% dilihat berdasarkan pengukuran LILA pada remaja putri.
2. Distribusi frekuensi pengetahuan gizi remaja putri yaitu sebagian besar remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022 memiliki pengetahuan gizi kurang yaitu sebanyak 75,9%.
3. Distribusi frekuensi *body image* buruk pada remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022 yaitu sebanyak 56,3%
4. Distribusi frekuensi status ekonomi remaja putri yaitu sebagian besar remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022 memiliki status ekonomi kurang yaitu sebanyak 71,4%.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan kejadian KEK pada remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara *body image* dengan kejadian KEK pada remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara status ekonomi dengan kejadian KEK pada remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman tahun 2022.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Pihak Sekolah MTsN 2 Padang Pariaman

Bagi pihak sekolah diharapkan dapat melaksanakan program kesehatan yang difasilitasi oleh Unit Kesehatan Sekolah (UKS), dimana bisa melakukan kegiatan penyuluhan mengenai diet yang sehat bagi remaja, penyuluhan tentang gizi serta edukasi terkait KEK pada remaja terutama tentang faktor dan akibat dari KEK serta fungsi zat gizi pada tubuh untuk mencegah terjadinya KEK, yang narasumbernya dari tenaga gizi puskesmas atau orang yang berkompeten di bidangnya. Selain memberikan edukasi terkait KEK pihak sekolah juga dapat memberikan edukasi tentang bahaya dari memiliki *body image* yang buruk pada remaja putri.

6.2.2 Bagi Remaja Putri MTsN 2 Padang Pariaman

1. Diharapkan remaja putri MTsN 2 Padang Pariaman lebih meningkatkan pengetahuan gizi tentang faktor penyebab dari KEK, fungsi protein di dalam tubuh, serta LILA normal dan akibat dari KEK pada remaja putri.
2. Dari hasil penelitian didapatkan remaja putri yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya seperti membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan bentuk tubuh wanita lain, merasa malu dan khawatir dengan bentuk tubuhnya sehingga ingin melakukan diet, maka diharapkan bagi remaja putri mampu untuk mengubah persepsi negatif mengenai bentuk tubuhnya dengan cara lebih memfokuskan pada kelebihan-kelebihan yang ada pada tubuh dan lebih percaya diri serta tidak membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan orang lain.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lanjutan dengan memberikan penyuluhan terkait KEK yang menggunakan beberapa media seperti leaflet dan melakukan intervensi tentang perubahan sikap dan perilaku remaja putri terkait KEK.

