

## BAB 6 : PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Asupan Energi, Asupan Protein, Aktivitas Fisik dan Pengetahuan dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Didapatkan wanita usia subur mengalami kekurangan energi kronis (42,7 %) di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman.
2. Didapatkan wanita usia subur dengan asupan energi defisit (93,3 %) di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman. Diketahui analisis lebih lanjut bahwa rata-rata kecukupan asupan energi wanita usia subur yakni 1708,34 kkal.
3. Didapatkan wanita usia subur dengan asupan protein defisit (78,7 %) di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman. Diketahui analisis lebih lanjut bahwa rata-rata kecukupan asupan protein wanita usia subur yakni 50,0 gr.
4. Didapatkan wanita usia subur dengan aktivitas sedang (41,3 %) dan aktivitas ringan (58,7%) di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman.
5. Didapatkan wanita usia subur dengan pengetahuan kurang (54,7 %) dan pengetahuan baik (45,3 %) di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman.
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan energi dengan kekurangan energi kronis pada wanita usia subur di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman.

7. Terdapat hubungan yang bermakna antara asupan protein dengan kekurangan energi kronis pada wanita usia subur di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman.
8. Terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kekurangan energi kronis pada wanita usia subur di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman dengan nilai p-value = 0,043 dan nilai OR=0,337 (95% CI = 0,130-0,876).
9. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kekurangan energi kronis pada wanita usia subur di Desa Cubadak Air Utara Kota Pariaman dengan nilai p-value = 0,019 dan nilai OR=3,549 (95% CI = 1,332-9,460).

## 6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka dapat diberikan beberapa saran, sebagai berikut :

### 1. Bagi Wanita Usia Subur

Diharapkan kepada wanita usia subur untuk perlu memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi karena asupan makanan yang tercukupi dengan baik dapat mencegah terjadinya kekurangan energi kronis. Diharapkan bagi wanita usia subur untuk dapat meningkatkan informasi mengenai Kekurangan Energi Kronis dengan bisa mengikuti penyuluhan maupun konseling dari tenaga kesehatan ataupun mengakses melalui internet mengenai kekurangan energi kronis dan meningkatkan aktivitas fisik seperti kegiatan olahraga yang dilakukan untuk dapat menjaga kebugaran tubuh.

## 2. Bagi Desa Cubadak Air Utara

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dipergunakan untuk memberikan penyuluhan maupun konseling kepada wanita usia subur mengenai kekurangan energi kronis (KEK), hal ini dikarenakan ada berbagai faktor yang menyebabkan terjadinya kekurangan energi kronis seperti asupan, aktivitas fisik, maupun pengetahuan.

## 3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mengembangkan dan memperdalam penelitian ini. Dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya menambahkan informasi mengenai pengukuran antropometri seperti pengukuran berat badan dan pengukuran tinggi badan.

