

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Berdasarkan penelitian hubungan antara *body image* dengan kekurangan energi kronis (KEK) diperoleh bahwa kelima variabel menunjukkan ada hubungan dengan KEK yaitu *appereance evaluation* (p-value = 0,000), *appereance orientation* (p-value = 0,006), *body area satisfaction* (p-value = 0,015), *overweigt preoccupation* (p-value = 0,003) dan *self-classified weight* (p-value = 0,000).
- b. Berdasarkan penelitian hubungan pola makan dengan kekurangan energi kronis (KEK) diperoleh bahwa kedua variabel yaitu frekuensi makan dan jenis ragam makanan memiliki hubungan dengan KEK, yaitu dengan frekuensi makan (p-value = 0,000) dan jenis ragam makanan (p-value = 0,000).

V.2 Saran

Setelah meninjau hasil penelitian dan pembahasan, maka dirumuskan saran yaitu:

- a. Bagi Responden
Saran yang diberikan yaitu diharapkan responden mendapatkan informasi mengenai masalah kekurangan gizi pada remaja salah satunya kurang energi kronis (KEK) juga pedoman gizi seimbang untuk lebih meningkatkan pengetahuan terkait pola makan yang sehat dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari – hari.
- b. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan lingkungan sekolah dan guru dapat menjadi role model bagi siswa perihal *body image* dan pola makan yang baik. Disarankan dapat memberikan edukasi kesehatan seperti penyuluhan maupun konseling mengenai kesehatan remaja khususnya gizi remaja putri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dalam penelitiannya melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan kekurangan energi kronis (KEK) dengan variabel lainnya agar memperbanyak sumber penelitian terkait topik tersebut.

