

BAB V

PENUTUP

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan pada penelitian Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Protein Hewani Dan Body Image Dengan Lingkar Lengan Atas Pada Remaja Putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat konsumsi energi responden defisit berat (30,0%) , defisit sedang (3,3%), defisit ringan (6,7%), normal (58,3%) dan kategori lebih (1,7%).
2. Tingkat konsumsi protein hewani responden kurang (13,3%), cukup (28,5%) dan lebih (58,3%).
3. Body image responden kategori tidak ada perhatian (60,0%), perhatian ringan (30,0%), perhatian sedang (6,7%) dan perhatian berat (3,3%).
4. Lingkar lengan atas responden dengan LILA < 23,5 cm (61,7%) dan responden dengan LILA > 23,5 cm (38,8%).
5. Ada hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan LILA pada remaja putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.
6. Tidak Ada hubungan antara tingkat konsumsi protein hewani dengan LILA pada remaja putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang.
7. Ada hubungan antara body image dengan LILA pada remaja putri Di Desa Kemitir Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang

B. SARAN

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat mendapatkan informasi dan meningkatkan pengetahuan tentang tingkat kosnsumsi yang nantinya dapat meningkatkan nilai LILA. Body image positif dapat memberikan persepsi tubuh yang positif dan lebih paham akan pemenuhan tingkat konsumsi makanan .

2. Bagi institusi

Diharapkan lingkungan desa dan instansi didalamnya seperti kader posyandu dapat memberikan edukasi pentingnya pemantauan tingkat konsumsi dan memberikan edukasi mengenai body image positif.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan perlu adanya penelitian lanjutan terkait faktor lain yang dapat mempengaruhi LILA selain variabel dalam peneliatian ini seperti variabel lain yang tidak diteliti misalnya, aktifitas fisik, dan pengaruh teman sebaya pada *body image* agar dapat memberbanyak informasi terkait LILA.