

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Konsumsi pangan sumber protein dengan kategori berisiko defisiensi sebanyak 70 responden (79,5%), dan pada kategori tidak berisiko defisiensi sebanyak 18 responden (20,5%).
2. Remaja putri usia 15-16 tahun di SMK N 1 Klego Boyolali yang berisiko KEK sebanyak 46 responden (52,3%) dan tidak berisiko KEK sebanyak 42 responden (47,7%).
3. Ada hubungan yang bermakna antara konsumsi pangan sumber protein dengan kejadian kekurangan energi kronis (KEK) pada remaja putri usia 15-16 tahun di SMK N 1 Klego Boyolali.

#### **B. Saran**

1. Pada responden disarankan lebih memperhatikan konsumsi pangan sumber protein, dikarenakan hal ini sangat penting agar konsumsi pangan sumber protein dapat terpenuhi sehingga dapat mengurangi risiko masalah gizi termasuk kekurangan energi kronis.
2. Pada peneliti selanjutnya disarankan pengambilan data tidak dilakukan setelah acara hari besar seperti hari Raya Idul Fitri, sehingga tidak memungkinkan terjadinya bias terkait asupan.