

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut.

1. Tingkat pengetahuan gizi sampel terdapat sebanyak 33,3% kategori kurang.
2. Terdapat 45% sampel dengan asupan energi kurang.
3. Terdapat 18,3% sampel dengan ukuran LiLA <23,5 cm (KEK).
4. Terdapat sampel dengan pengetahuan gizi kurang dan asupan energi kurang sebesar 50%.
5. Terdapat sampel dengan pengetahuan gizi kurang dan ukuran LiLA <23,5 cm (KEK) sebesar 15%.
6. Terdapat sampel dengan asupan energi kurang dan ukuran LiLA <23,5 cm (KEK) sebesar 22,2%.

6.2 Saran

Sebaiknya kepada tenaga kesehatan khususnya Ahli Gizi yang bekerja di Puskesmas Nagrak perlu memberi penyuluhan terkait :

1. Pentingnya mengonsumsi jumlah energi yang cukup sesuai dengan kebutuhan sehari kepada wanita usia subur dan ibu hamil untuk mencegah KEK
2. Dampak yang ditimbulkan akibat wanita usia subur dan ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronis.

3. Gizi seimbang meliputi jumlah porsi dan frekuensi konsumsi bahan makanan seperti sumber karbohidrat, sumber protein nabati, sumber protein hewani, dsb.