

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

B. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Gambaran Pengetahuan dan Sikap tentang Gizi Seimbang pada Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Anemia di SMP N 2 Kubung, dengan responden sebanyak 61 orang dapat disimpulkan bahwa :

1. Hampir setengahnya (45,9%) remaja putri SMP N 2 Kubung memiliki tingkat pengetahuan gizi seimbang yang cukup.
2. Sebagian besar (55,7%) remaja putri SMP N 2 Kubung memiliki sikap gizi seimbang yang mendukung.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan sebelumnya, adapun saran yang diajukan oleh peneliti dari penelitian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut :

1. Bagi sekolah

Diharapkan pihak sekolah memberikan pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang karena masih adanya remaja putri yang belum mengetahui tentang gizi seimbang, sehingga dengan mempelajari pentingnya gizi seimbang dapat sebagai salah satu upaya pencegahan anemia pada remaja Putri. Untuk itu sekolah bisa bekerja sama dengan pelayanan kesehatan yang ada, untuk memberikan pendidikan kesehatan

dengan tema gizi seimbang setelah upacara bendera setiap hari senin dalam 1 kali sebulan.

2. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan, pengalaman dan keterampilan serta menambah wawasan peneliti sendiri dalam melakukan penelitian ilmiah.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan data dasar pada penelitian dan dapat mengkaji lebih dalam lagi upaya-upaya dalam pencegahan anemia pada remaja putri. Serta dapat juga dikaji karakteristik responden seperti pekerjaan orang tua, penghasilan orang tua, dan lainnya yang berhubungan dengan gizi seimbang.

4. Bagi responden

Diharapkan responden menerapkan konsep gizi seimbang di kehidupan sehari-hari sebagai bentuk upaya pencegahan agar terhindar dari anemia.

