

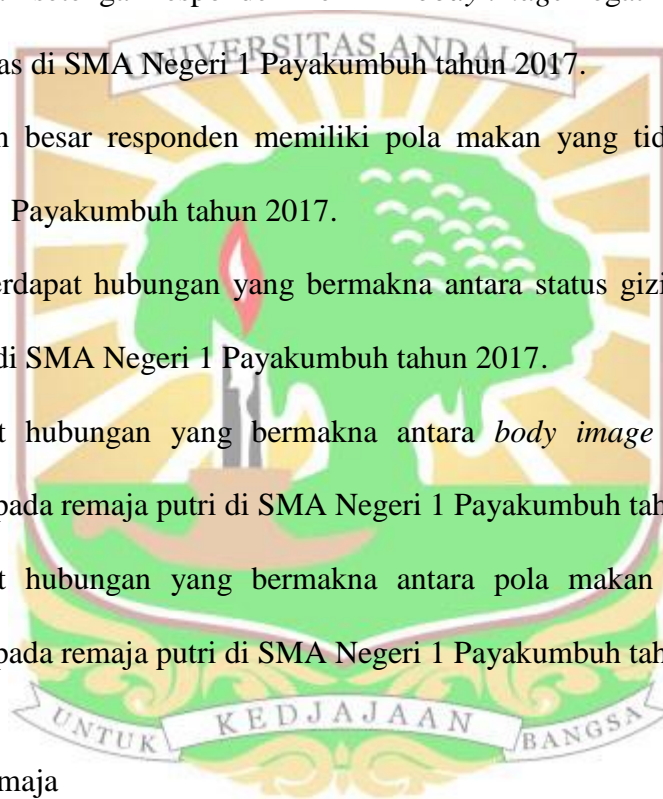
BAB 1 : PENUTUP

1.1 Kesimpulan

1. Kurang dari setengah responden mengalami anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.
2. Hanya sebagian kecil dari seluruh responden memiliki status gizi kurus di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.
3. Lebih dari setengah responden memiliki *body image* negatif yaitu *body image* tidak puas di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.
4. Sebagian besar responden memiliki pola makan yang tidak baik di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara *body image* dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.
7. Terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017.

1.2 Saran

1. Bagi Remaja
 - a) Remaja dianjurkan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai anemia, *body image* dan pola makan.
 - b) Remaja dianjurkan untuk mengonsumsi makanan sesuai dengan pedoman gizi seimbang yaitu makanan pokok 3-4 porsi/hari sebagai sumber zat karbohidrat, sayuran 3-4 porsi/hari, buah-buahan 2-3 porsi/hari, dan lauk-pauk sebanyak 2-4 porsi/hari.



c) Remaja dianjurkan untuk tidak melakukan diet tidak tepat yang tidak sesuai dengan anjuran ahli gizi atau dokter.

2. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan memberikan promosi kesehatan mengenai anemia seperti memberikan pengetahuan mengenai anemia pada siswa melalui guru yang mengajar dikelas sehingga menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2017, serta mengaktifkan UKS dan PMR guna untuk memberikan edukasi pada remaja putri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperdalam lagi penelitian ini seperti memberikan intervensi dengan cara pemberian fortifikasi makanan yang mengandung zat besi.

