

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023 adalah 41,8%.
2. Sebagian besar remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023 memiliki pola makan yang baik, yaitu 66,4%
3. Sebagian besar remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023 memiliki status gizi yang normal, yaitu 77,9%.
4. Sebagian besar remaja putri di SMK Negeri 9 Kota Padang tahun 2023 kurang mengonsumsi TTD, yaitu 86,9%.
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di SMKN 9 Padang tahun 2023.
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di SMKN 9 Padang tahun 2023.
7. Tidak dapat menggambarkan hubungan antara konsumsi TTD dengan kejadian anemia gizi besi pada remaja putri di SMKN 9 Padang tahun 2023.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Siswa

Diharapkan kepada remaja putri agar dapat mempertahankan dan meningkatkan pola makan dengan cara memerhatikan jumlah, jenis, dan frekuensi asupan makanan yang cukup sesuai dengan kebutuhan yang dianjurkan AKG menurut kelompok usia. Diharapkan remaja putri mempertahankan dan meningkatkan status gizi dengan memperhatikan pola makan dan melakukan aktivitas fisik. Diharapkan remaja putri dapat meningkatkan konsumsi TTD sesuai anjuran, yaitu satu tablet setiap minggu.

6.2.2 Bagi Sekolah

Disarankan kepada pihak sekolah bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk melakukan edukasi gizi mengenai pencegahan dan mengatasi anemia, serta manfaat dari konsumsi TTD pada remaja putri dengan pembuatan leaflet atau poster. Diharapkan juga pihak sekolah meningkatkan konsumsi TTD bagi remaja putri dengan mengonsumsi TTD secara bersama-sama setiap minggu.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk memperhatikan dan mempertimbangkan kendala yang terjadi di lokasi penelitian pada saat pengumpulan data agar penelitian yang dilakukan dapat memperoleh hasil yang lebih baik.

