

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Mayoritas responden terhitung 42,6%, berusia 13 tahun. Selanjutnya, mayoritas responden (60,7%) ialah siswa di kelas VII.
- b. Responden sebagian besar tidak mengalami anemia sebesar 80,3%, patuh mengonsumsi TTD sebesar 65,6%, asupan protein harian cukup sebesar 52,5%, asupan zat besi harian cukup sebanyak 50,8%, asupan vitamin C harian cukup sebesar 52,5%, frekuensi konsumsi inhibitor zat besi jarang sebesar 67,2%, dan status gizi IMT/U tidak kurus sebesar 90,2%.
- c. Terdapat korelasi signifikan secara statistik antara kepatuhan konsumsi TTD ($p = 0,002$), asupan protein ($p = 0,034$), serta asupan zat besi ($p = 0,046$) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari. Pada riset ini, tidak ditemukan korelasi bermakna antara konsumsi vitamin C ($p = 0,139$), asupan zat besi inhibitor ($p = 0,183$), serta status gizi ($p = 1,000$) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 1 Gunungsari.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

- a. Meningkatkan kepatuhan konsumsi TTD.
- b. Mencukupi asupan zat gizi harian yang mencakup asupan protein terutama jenis protein hewani, zat besi, dan vitamin C.
- c. Mengurangi frekuensi mengonsumsi zat inhibitor penyerapan zat besi serta memerhatikan waktu konsumsi bahan makanan yang mengandung zat inhibitor agar penyerapan zat besi berlangsung maksimal.
- d. Menerapkan kebiasaan makan yang bergizi seimbang sehingga tercapai status gizi yang baik.

V.2.2 Bagi Institusi

- a. Mempertahankan kegiatan penyuluhan terkait anemia kepada para siswi dan memastikan bahwa mereka paham terkait materi yang diberikan.

- b. Melakukan kegiatan minum TTD secara bersamaan untuk menghindari tidak terminumnya TTD yang telah diberikan.

V.2.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

- a. Riset berikutnya diharapkan mampu meneliti variabel waktu responden dalam mengonsumsi *enhancer* dan inhibitor zat besi. Penulis berharap temuan riset ini bisa menjadi landasan pengembangan riset yang berkorelasi dengan anemia pada remaja putri di masa mendatang.