

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian yang berjudul Analisis *Concurrent* Gizi Lebih dan Anemia pada Remaja Putri Usia 13 – 18 Tahun di Indonesia, yaitu:

- a. Total sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 2.019 responden dengan sebaran remaja putri dengan usia 13-15 tahun sebesar 50,2% dan usia 16-18 tahun sebesar 49,9%. Mayoritas remaja putri tinggal di wilayah perkotaan 53,7% dan memiliki tingkat pendidikan rendah, dimana paling banyak terdapat pada kategori tamat SD 41,2% dan tamat SMP 39,4%.
- b. Variabel yang berkaitan dengan perilaku kesehatan menunjukkan 49,1% responden sering mengonsumsi makanan manis, 28,9% minuman manis, 49,3% makanan berlemak, 39,5% minuman berkarbonasi, 10,4% minuman berenergi, dan 41,0% makanan instant. Sebagian besar responden juga kurang dalam konsumsi sayur dan buah, yaitu sebesar 89,4%. Serta, 18,1% kurang dalam aktivitas fisik dan 4,0% kurang konsumsi TTD.
- c. Variabel sosiodemografi yang berhubungan signifikan dengan kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri adalah wilayah tempat tinggal (*p-value* 0,035)
- d. Variabel perilaku kesehatan yang berhubungan signifikan dengan kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia pada remaja putri adalah minuman berkarbonasi (*p-value* 0,018)
- e. Hasil analisis multivariat menunjukkan variabel yang paling berpengaruh adalah konsumsi minuman manis dengan *p-value* 0,020 dan AOR 34,445 (95% CI; 1,765-672,311).

V.2 Saran

Untuk remaja di Indonesia khususnya remaja putri disarankan untuk menjaga pemilihan dan pola makan, konsumsi TTD, dan aktivitas fisik untuk mencegah

timbulnya masalah gizi baik gizi lebih, anemia, maupun kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia, karena dampak yang dapat dihasilkan dari kondisi ini dapat merugikan banyak pihak dan menyebabkan masalah kesehatan yang lebih besar. Selain itu, diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor risiko lain yang mungkin berhubungan dengan kejadian *concurrent* gizi lebih dan anemia, seperti riwayat keturunan (genetik) dan penyakit infeksi.