

BAB V

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas dapat ditarik kesimpulan yaitu :

- a. Hasil dari analisis univariat terkait gambaran status gizi remaja putri yaitu terdapat 79 responden yang termasuk kategori gizi kurang.
- b. Hasil dari analisis univariat terkait asupan protein pada remaja putri, terdapat 67 responden dengan asupan protein yang tidak cukup.
- c. Hasil dari analisis univariat terkait asupan zat besi pada remaja putri, terdapat 55 responden dengan asupan zat besi yang tidak cukup.
- d. Hasil dari analisis univariat terkait keberagaman pangan pada remaja putri, terdapat 67 responden dengan keberagaman pangan yang tidak beragam.
- e. Hasil dari analisis univariat terkait pengetahuan anemia pada remaja putri, terdapat 65 orang dengan pengetahuan terkait anemia yang kurang.
- f. Hasil dari analisis univariat terkait durasi tidur pada remaja putri, terdapat 76 orang dengan durasi tidur yang tidak cukup.
- g. Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan asupan protein, asupan zat besi, pengetahuan terkait anemia, dan durasi tidur dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Islam Darussalam Bekasi.

V.2 Saran

V.21. Bagi Siswi

Para siswi di SMA Islam Darussalam Bekasi disarankan untuk dapat memperhatikan, status gizi, asupan protein, asupan zat besi, pengetahuan anemia, durasi tidur dan kadar Hb. Diharapkan dari kegiatan penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri. Diharapkan para siswi dapat menerapkan kebiasaan makan yang bergizi seimbang sehingga dapat mencapai status gizi yang baik.

V.2.2 Bagi Institusi

Disarankan kepada pihak sekolah untuk dapat melakukan kegiatan pemberian dan minum TTD secara bersamaan di sekolah dikarenakan di sekolah belum terlaksana kegiatan pemberian dan konsumsi TTD. Diharapkan juga pihak sekolah dapat bekerja sama dengan puskesmas sekitar sekolah agar dapat dilakukan pemeriksaan kadar Hb dan juga sosialisasi terkait anemia.

V.2.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan dengan melalui hasil penelitian ini dapat menjadi wawasan dan ilmu yang bermanfaat dalam literatur ilmiah dan menjadi masukan bagi penelitian lain. Diharapkan juga penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang dapat diakses melalui daring dalam bentuk jurnal.