BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar remaja putri di SMPN 3 Tana Tidung memiliki status gizi baik (normal), yaitu sebanyak 62 responden (66,7%). Adapun responden dengan status Gizi Kurang sebanyak 16 orang (17,2%), Gizi Lebih sebanyak 9 orang (9,7%), dan Obesitas sebanyak 6 orang (6,5%).
2. Sebagian besar remaja putri di SMPN 3 Tana Tidung tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 65 responden (69,9%). Sementara itu, terdapat 28 responden (30,1%) yang terkonfirmasi mengalami anemia.
3. Terdapat Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara status gizi berdasarkan IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 3 Tana Tidung, yang dibuktikan dengan hasil Uji *Fisher's Exact Test* menghasilkan nilai $p = 0,000$ ($p<0,05$)

B. Saran

1. Bagi SMPN 3 Tana Tidung

Meningkatkan pengawasan dan edukasi pelaksanaan minum Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin bersama-sama di sekolah setiap seminggu sekali untuk memastikan kepatuhan konsumsi siswi.

2. Bagi Masyarakat dan Orang Tua

Meningkatkan kesadaran dalam menyajikan variasi makanan bergizi seimbang di rumah, khususnya bahan makanan sumber zat besi dan protein tinggi untuk mendukung status gizi remaja putri yang optimal.

3. Bagi Peneliti

Memberikan konseling gizi spesifik bagi remaja putri yang teridentifikasi mengalami gizi kurang, gizi lebih, maupun anemia (ringan, sedang, hingga berat).

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan anemia tetapi belum diteliti dalam studi ini, seperti pola makan (intake zat besi & inhibitor), tingkat kepatuhan konsumsi TTD, siklus/volume menstruasi, serta tingkat pengetahuan gizi.