

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran status gizi, anemia gizi besi, pengetahuan anemia dan literasi gizi pada remaja putri di SMAN 01 Liwa Kabupaten Lampung Barat Tahun 2024, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Siswi yang memiliki status gizi baik di SMAN 01 Liwa Lampung Barat lebih banyak yaitu 54,3%, di bandingkan siswi yang memiliki status gizi kurang 26,1% dan status gizi lebih 19,6%.
2. Siswi yang tidak anemia di SMAN 01 Liwa Lampung Barat lebih banyak yaitu 58,7%, dibandingkan siswi yang anemia yaitu 41,3%.
3. Sebagian besar siswi memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang anemia yaitu 60,9%, dibandingkan dengan siswi yang memiliki pengetahuan cukup terkait anemia yaitu 37,0% sebesar dan siswi yang memiliki pengetahuan kurang terkait anemia yaitu 2,2%.
4. Sebagian besar siswi memiliki literasi gizi yang terbatas tentang label makanan yaitu 47,8%, dibandingkan dengan siswi yang memiliki literasi gizi memadai terkait label makanan yaitu 45,7% sebesar dan siswi yang memiliki literasi gizi sangat terbatas terkait label makanan yaitu 6,5%.

B. Saran

1. Pemantauan status gizi secara rutin untuk mendapatkan gambaran status gizi siswi agar tidak terjadinya peningkatan masalah gizi dan bisa berkolaborasi dengan UKS atau Bapak/Ibu guru yang bertugas menjadi pembina organisasi.
2. Tetap terus melanjutkan pemberian tablet tambah darah secara rutin setiap minggunya dan memantau secara langsung untuk minum tablet tambah darah.
3. Mengadakan penyuluhan tentang dampak anemia terhadap remaja putri, kadar normal Hb remaja putri dan makanan sumber zat besi bisa mengundang ahli gizi puskesmas.

4. Mengadakan penyuluhan tentang literasi gizi yang berkaitan dengan pengetahuan membaca label makanan bisa mengundang ahli gizi puskesmas.