

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar remaja putri di MA. Darul Ulum Panaragan Jaya, Kabupaten Tulang Bawang Barat yang memiliki status gizi *Underweight*, mengalami penurunan kadar Hb ringan, yaitu sebanyak 16 orang (26,2%). Sedangkan, remaja putri yang memiliki status gizi normal mayoritas memiliki kadar Hb yang normal yaitu sebanyak 35 Orang (57,4%). Sementara itu, seluruh remaja putri yang memiliki status gizi *overweight* tidak ada yang mengalami penurunan kadar Hb, yaitu sebanyak 5 orang (8,2%).
2. Hasil analisis statistik menggunakan uji *Spearman's rho* menunjukkan p value = 0,000 ( $p < \alpha = 0,05$ ) yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kadar Hb pada remaja putri di MA. Darul Ulum Panaragan Jaya, Kabupaten Tulang Bawang Barat. Hasil penelitian ini menunjukkan arah hubungan yang sangat kuat antara status gizi dengan kadar Hb pada remaja putri dengan nilai *Correlation Coefficient* sebesar 0,831, yang berarti bahwa semakin baik status gizi remaja putri maka semakin tidak mengalami penurunan kadar Hb (anemia).

## **B. Saran**

1. Bagi remaja putri di MA. Darul Ulum Panaragan Jaya, Kabupaten Tulang Bawang Barat

Diharapkan agar remaja putri di MA. Darul Ulum Panaragan Jaya, Kabupaten Tulang Bawang Barat dapat menjaga kondisi kesehatan, terutama pola makan dan asupan gizi seimbang dengan mengkonsumsi makanan yang sehat dan menghindari makanan cepat saji yang merupakan salah satu faktor penyebab anemia. Dengan demikian remaja putri dapat lebih aktif dan produktif dalam beraktivitas baik di sekolah maupun diluar sekolah.

2. Bagi MA. Darul Ulum Panaragan jaya

Diharapkan sekolah dapat ikut memantau kondisi maupun status kesehatan dari setiap siswanya dengan mengoprasionalakan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai pusat sarana kesehatan dan promosi kesehatan di sekolah.

3. Universitas Aisyah Pringsewu

Diharapkan agar hasil penelitian ini dapat menjadi pemicu semangat bagi mahasiswa kebidanan Universitas Aisyah Pringsewu pada khususnya, untuk terus meningkatkan pengetahuan tentang berbagai problem kesehatan remaja, sehingga dapat berpartisipasi aktif dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan bagi remaja, utamanya dalam mencegah terjadinya penurunan kadar Hb pada remaja putri, dengan memberikan berbagai informasi dan edukasi serta promosi kesehatan lainnya kepada remaja khususnya remaja putri.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian menggunakan variabel bebas lainnya seperti asupan nutrisi dan pola makan.