

BAB VI PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran tingkat pengetahuan anemia dan asupan zat besi pada remaja putri di SMA PGRI Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar pengetahuan tentang anemia terdapat pada kategori pengetahuan baik.
2. Seluruh remaja putri di SMA PGRI Pekanbaru memiliki asupan zat besi yang kurang.

6.2 Saran

Pengetahuan tentang anemia diharapkan untuk dapat diterapkan dalam kebiasaan sehari-hari oleh para siswi. Sekolah diharapkan menjalin kerja sama dengan puskesmas untuk menyelenggarakan penyuluhan rutin mengenai gizi dan kesehatan remaja, serta dapat mendistribusikan Tablet Tambah Darah (TTD) secara rutin dan melakukan edukasi berkala untuk meningkatkan kesadaran serta kepatuhan para siswi dalam mencegah anemia. Selain itu, diharapkan kantin sekolah dapat menyediakan pilihan makanan yang bergizi seperti roti isi telur, sate ati ayam, perkedel daging, dan bubur kacang hijau, sehingga para siswi terbiasa mengonsumsi makanan yang mendukung pemenuhan kebutuhan zat besi harian mereka.