

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pemeriksaan hemoglobin yang sudah dilakukan pada siswi, bahwa sebagian besar hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada siswi yaitu dari 47 siswi yang diperiksa, 44 siswi (936%) masih dalam kategori normal dan terdapat 3 siswi (6,4%) dengan kategori hemoglobin rendah.
2. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada siswi berdasarkan kebiasaan sarapan pagi yaitu 2 siswi (9,1%) memiliki hemoglobin rendah dan tidak patuh melakukan sarapan pagi.
3. Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin pada siswi berdasarkan konsumsi *fast food* yaitu 2 siswi (66,6%) dengan hemoglobin rendah dan sering mengkonsumsi *fast food*.

B. Saran

1. Untuk Pihak Sekolah

Diharapkan agar memantau aktivitas siswi pada saat berada disekolah dalam mengkonsumsi makanan cepat saji (*Fast Food*) serta memberikan edukasi terkait kadar hemoglobin, supaya tidak mengganggu pembelajaran serta prestasi pada siswi.

2. Bagi Remaja

Diharapkan dapat menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas hidup pada remaja dan mencegah terjadinya anemia.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini dapat dijadikan sumber rujukan untuk menjadi gambaran dan tambahan referensi untuk peneliti selanjutnya.