

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Prestasi Belajar siswi SMP Negeri 1 Tampaksiring sebagian besar dalam kategori baik yaitu sebanyak 35 orang (74,47%) dan sangat baik sebanyak 12 orang (25,53%).
2. Kadar hemoglobin siswi SMP Negeri 1 Tampaksiring sebagian besar dalam kategori non anemia sebanyak 35 orang (74,47 %).
3. Tingkat konsumsi pada siswi SMP Negeri 1 Tampaksiring :
 - a. Tingkat konsumsi energi sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 30 orang (59,57%).
 - b. Tingkat konsumsi protein sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 29 orang (61,70%).
 - c. Tingkat Konsumsi Zat besi (Fe) sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 33 orang (70,21%).
4. Kontribusi sarapan terhadap konsumsi total pada siswi SMP Negeri 1 Tampaksiring
 - a. Kontribusi energi sarapan sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 26 orang (55,32%).
 - b. Kontribusi protein sarapan terhadap konsumsi total sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 25 orang (53,19)

- c. Kontribusi Zat besi (Fe) sarapan terhadap konsumsi total sebagian besar dalam kategori kurang sebanyak 31 orang (65,09%).
5. Prestasi Belajar berdasarkan status anemia, dimana sampel dengan status anemia non anemia memiliki prestasi belajar dalam kategori sangat baik sebanyak 9 orang (75,00%) dan kategori baik sebanyak 26 orang (74,29%).
6. Gambaran sebaran Prestasi belajar berdasarkan tingkat konsumsi siswi SMP Negeri 1 Tampaksiring :
 - a. Siswi yang memiliki tingkat konsumsi energi baik cenderung memiliki prestasi belajar berkategori sangat baik maupun baik sebanyak 30 orang (63,83%).
 - b. Siswi yang memiliki tingkat konsumsi protein baik cenderung memiliki prestasi belajar berkategori sangat baik maupun baik sebanyak 29 orang (61,70%).
 - c. Siswi yang memiliki tingkat konsumsi zat besi (Fe) kurang cenderung memiliki prestasi belajar berkategori sangat baik maupun baik sebanyak 33 orang (70,21%)

B. Saran

1. Bagi tenaga pendidik diharapkan dapat membuat surat permintaan kepada tenaga kesehatan agar memberikan penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi TTD dan pentingnya konsumsi makanan sehat pada siswi, memberikan penyuluhan mengenai sumber makanan tinggi zat besi serta memberikan penyuluhan mengenai pentingnya sarapan pagi.

2. Bagi subyek penelitian diharapkan dapat lebih meningkatkan konsumsi zat besi (Fe) dan menghindari faktor-faktor yang dapat memicu anemia.