

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari penelitian mengenai ketersediaan pangan, konsumsi zat gizi dan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan dapat disimpulkan bahwa :

1. Proporsi anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah 3,6%.
2. Ketersediaan pangan siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah 77,1% tersedia dan 22,9% tidak tersedia.
3. Konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan adalah sebagai berikut,
 - a. Konsumsi energi 20,5% sangat kurang, 54,2% kurang, 20,5% normal dan 4,8% lebih.
 - b. Konsumsi protein, 28,9% sangat kurang, 32,5% kurang, 25,3% normal dan 13,3% lebih.
 - c. Konsumsi Fe, 88,0% sangat kurang, 8,4% kurang, 1,2% normal dan 2,4% lebih.
 - d. Konsumsi asam folat, 96,4% sangat kurang, 1,2% kurang dan 2,4% normal.
 - e. Konsumsi vitamin B12, 78,3% sangat kurang, 8,4% kurang, 6,0% normal dan 7,2% lebih.
4. Tidak ada hubungan ketersediaan pangan dengan konsumsi zat gizi siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.
5. Tidak ada hubungan konsumsi zat gizi dengan status anemia siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disampaikan saran berikut:

1. Diharapkan bagi sekolah SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan melakukan upaya promotif dan preventif karena masih terdapat masalah anemia, dengan langkah mengundang tenaga kesehatan untuk memberi informasi dan edukasi khususnya mengenai anemia, serta menyediakan poster dan buku bacaan mengenai anemia.
2. Diharapkan siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan lebih memerhatikan dan mempertahankan status anemia agar tetap normal karena akan berdampak pada kondisi kesehatan siswi dan mengkonsumsi makanan yang sudah disediakan di rumah serta memerhatikan konsumsi makanan yang dapat mencegah anemia seperti daging, telur, hati, sayur berwarna hijau dan buah.
3. Diharapkan pada keluarga siswi SMK Negeri di Kecamatan Tabanan Kabupaten Tabanan tetap memerhatikan ketersediaan pangan atau makanan di lingkungan rumah tangga.