

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Prevalensi anemia pada remaja ditemui berkisar antara 37 % hingga 63%.
2. Tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri dapat ditemui pengetahuan remaja putri yang tergolong kurang masih berkisar antara 3,5% hingga 62,0%.
3. Tingkat konsumsi zat besi (Fe) pada remaja putri asupan zat besi (Fe) kategori kurang berkisar antara 7% sampai 74,1%.
4. Hasil kajian mengenai hubungan antara pengetahuan dengan anemia serta hubungan antara konsumsi zat besi dengan anemia dapat disimpulkan bahwa dari hasil penelitian yang diperoleh didalam jurnal-jurnal tersebut yaitu masih bersifat belum konsisten atau terdapat hasil yang signifikan dan tidak signifikan
5. Hasil kajian mengenai hubungan antara konsumsi zat besi dengan anemia dapat disimpulkan bahwa dari hasil penelitian yang diperoleh didalam jurnal – jurnal tersebut yaitu masih bersifat belum konsisten atau terdapat hasil yang signifikan dan tidak signifikan.

B. Saran

Bagi remaja putri agar lebih meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan konsumsi zat besi, dan diperlukan lebih tegas upaya pemerintah dalam hal memberikan informasi mengenai pengetahuan anemia dan pentingnya konsumsi zat besi (fe) bagi remaja putri, sehingga memotivasi remaja putri agar dapat meningkatkan pengetahuannya dan tingkat konsumsi zat besi(fe) baik dari pangan ataupun suplemen.