

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian yang berjudul “Hubungan Asupan Zat Besi, Protein dan Vitamin C dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMK N 1 Pengasih” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja putri di SMK Negeri 1 Pengasih Kabupaten Kulon Progo memiliki asupan zat besi, asupan protein dan asupan vitamin C kategori kurang dari normal. Pada remaja putri di SMK N 1 Pengasih sebagian besar juga mengalami anemia.
2. Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara asupan zat besi dan asupan protein dengan kejadian anemia pada remaja putri.
3. Tidak ada hubungan signifikan secara statistik antara asupan vitamin C dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai *p-value* 0.322 .

B. Saran

Berdasarkan hal yang dapat direkomendasikan dari hasil penelitian ini diantaranya adalah:

1. Bagi Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon progo

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak pengambilan kebijakan untuk meningkatkan program pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja.

2. Bagi Kepala Sekolah SMK N 1 Pengasih Kabupaten Kulon Progo

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi program bimbingan dan konseling *adolescent reproductive health* (BK-ARH), dengan fokus kegiatan pembinaan, konseling dan penyuluhan dalam upaya menurunkan angka anemia pada remaja putri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti mengharapkan agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang asupan zat gizi lain yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, dan sebaiknya dapat mengembangkan penelitian ini menjadi lebih baik lagi dengan menggunakan metode penelitian dan uji statistik yang berbeda.