

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan kepada remaja putri di Kalurahan Banjararum dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat pengetahuan tentang anemia pada remaja putri tergolong baik sebanyak 55 remaja putri (91,7%).
2. Tingkat asupan zat besi pada remaja putri tergolong cukup dengan sebanyak 37 remaja putri (61,7%).
3. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik (60%) maupun kurang (80%), mayoritas dari mereka memiliki asupan zat besi cukup.

B. Saran

1. Bagi Remaja Putri

Bagi remaja putri, diharapkan dapat mempertahankan pengetahuan tentang anemia yang sudah baik dan sebaiknya lebih digali lagi pengetahuan tentang anemia, khususnya terkait pentingnya pemenuhan kebutuhan zat besi. Diharapkan setelah mendapatkan informasi atau penyuluhan dari puskesmas maupun sumber lainnya, alangkah baiknya tidak hanya sekedar tahu tetapi juga memiliki kemauan dan kesadaran untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari melalui perilaku makanan yang sehat.