

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar IMT responden dalam kategori normal yaitu 50,7% dan yang gemuk sebanyak 16,9%.
2. Sebagian besar pengetahuan responden adalah baik yaitu sebanyak 49,3%) dan yang kurang sebesar 18,3%.
3. Sebagian besar pola menstruasi responden adalah normal yaitu sebanyak 62,0%, dan yang tidak normal sebesar 38,0%.
4. Sebagian besar konsumsi zat besi adalah kurang yaitu sebanyak 32,4%, dan yang defisit sebesar 12,7%.
5. Sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 74,6%, dan yang anemia sebesar 25,4%.
6. Ada hubungan yang bermakna antara IMT dengan kejadian anemia
7. Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia
8. Ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia
9. Ada hubungan yang bermakna antara konsumsi zat besi dengan kejadian anemia

B. Saran

1. Remaja putri

Remaja putri seharusnya memperhatikan konsumsi makanannya terutama untuk makanan dengan kandungan zat besi karena dapat mencegah kejadian anemia terutama saat terjadi siklus menstruasi.

2. Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan dapat bekerja sama dengan pihak terkait untuk dapat memberikan penyuluhan secara berkala tentang anemia pada remaja dan cara-cara pencegahannya

3. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis diharapkan dapat mengukur kadar Hb pada remaja putri tidak di saat siklus menstruasi.

