

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan terhadap remaja putri di SMAN 2 Kota Bogor, maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Sebagian besar responden, yaitu 66,7% mengalami anemia.
- b. Karakteristik responden menunjukkan sebagian besar responden berusia 16 tahun.
- c. Mayoritas responden menunjukkan status gizi yang normal (68,6%), lingkaran lengan atas baik (57,3%), siklus menstruasi normal (77,5%), lama menstruasi normal (81,4%), kualitas tidur buruk (61,8%), asupan zat besi kurang (66,7%), dan asupan vitamin B12 kurang (100%).
- d. Tidak ada hubungan signifikan antara kejadian anemia dengan status gizi, lingkaran lengan atas, pola menstruasi, kualitas tidur dan asupan vitamin zat besi serta vitamin B12.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

Bagi responden disarankan untuk lebih banyak mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi dan vitamin B12 serta melakukan pengecekan hemoglobin secara rutin, dan tetap menjaga kualitas tidur dengan baik.

V.2.2 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat dipublikasikan . Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian anemia pada remaja.