

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

1. Asupan zat besi remaja putri di SMK N 1 Klego Kabupaten Boyolali adalah dengan rentang asupan antara 2 mg hingga 14 mg. Jika dibandingkan dengan kebutuhan zat besi menurut metode EAR (Estimated Average Requirement) sebesar 10,71 mg, maka rata-rata asupan zat besi responden tergolong rendah dan belum memenuhi kebutuhan harian yang direkomendasikan.
2. Kejadian anemia pada kadar hemoglobin remaja putri di SMK N1 Klego Kab. Boyolali yaitu dengan rata-rata sebesar 12.59 mg/dl termasuk dalam kategori tidak anemia.
3. Ada hubungan antara asupan zat besi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N1 Klego Kab. Boyolali.

B. Saran

1. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk tidak melakukan pengambilan data setelah perayaan Hari Raya Idul Fitri. Hal ini dikarenakan pola makan responden cenderung berubah selama dan setelah masa perayaan, yang dapat memengaruhi akurasi data asupan gizi, khususnya asupan zat besi.