

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

1. Rata-rata usia penderita thalassemia adalah 12,9 tahun dengan rentang usia 0-54 tahun.
2. Rata-rata jenis kelamin penderita thalassemia adalah laki-laki 46,8% dan perempuan 53,2%.
3. Rata-rata asupan energi penderita thalassemia adalah 86,4% dari kebutuhan dan berada pada kategori defisit ringan.
4. Rata-rata asupan protein penderita thalassemia adalah 80,4% dari kebutuhan dan berada pada kategori defisit ringan.
5. Rata-rata asupan lemak penderita thalassemia adalah 112,5% dari kebutuhan dan berada pada kategori normal.
6. Rata-rata asupan karbohidrat penderita thalassemia adalah 79,0% dari kebutuhan dan berada pada kategori defisit sedang.
7. Rata-rata asupan vitamin C penderita thalassemia adalah 89,3% dari kebutuhan dan berada pada kategori defisit ringan.
8. Rata-rata asupan vitamin E penderita thalassemia adalah 72,5% dari kebutuhan dan berada pada kategori defisit sedang.
9. Rata-rata asupan zat besi penderita thalassemia adalah 75,4% dari kebutuhan dan berada pada kategori normal.
10. Rata-rata status gizi penderita thalassemia adalah gizi kurang 45,4%, gizi baik 53,3% dan gizi lebih 1,3%.

#### **B. Saran**

1. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pemberian konseling gizi terhadap asupan gizi dan status gizi pada penderita thalassemia.

2. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai intervensi gizi berupa pembuatan alternatif makanan tinggi energi dan protein namun rendah zat besi yang dapat diberikan kepada penderita thalassemia.
3. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai gambaran asupan antioksidan pada penderita thalassemia.