

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan status gizi dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Kupang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar responden memiliki status gizi kurang yaitu sebanyak 27 orang (52,9%), sedangkan responden dengan status gizi baik sebanyak 21 orang (41,2%) dan status gizi lebih sebanyak 3 orang (5,9%).
2. Sebagian besar responden tidak patuh mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) yaitu sebanyak 49 orang (96,1%), sedangkan responden yang patuh mengonsumsi TTD sebanyak 2 orang (3,9%).
3. Sebagian besar responden tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 46 orang (90,2%), sedangkan responden yang mengalami anemia sebanyak 5 orang (9,8%).
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Kupang dengan nilai p-value sebesar 0,428 ($p > 0,05$).
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Kupang dengan nilai p-value sebesar 1,000 ($p > 0,05$).

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan status gizi dan kepatuhan konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 5 Kupang, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi remaja putri

Remaja putri diharapkan lebih memperhatikan pola makan sehari-hari dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang, terutama makanan yang mengandung zat besi, protein, asam folat, dan vitamin C untuk membantu mencegah anemia. Selain itu, remaja putri juga diharapkan lebih patuh dalam mengonsumsi Tablet Tambah Darah sesuai anjuran, yaitu satu tablet setiap minggu dan selama menstruasi, agar kadar hemoglobin tetap normal serta dapat meningkatkan kesehatan, daya tahan tubuh, dan konsentrasi belajar.

2. Bagi Pihak Sekolah SMA Negeri 5 Kupang

Pihak sekolah diharapkan dapat meningkatkan pengawasan dan pelaksanaan program pemberian Tablet Tambah Darah pada siswi secara rutin melalui kerja sama dengan petugas kesehatan. Sekolah juga diharapkan dapat memberikan edukasi atau penyuluhan tentang pentingnya gizi seimbang, pencegahan anemia, serta pentingnya kepatuhan konsumsi TTD agar kesadaran siswi terhadap kesehatan semakin meningkat.

3. Bagi Institusi Prodi Gizi Kemenkes Poltekkes Kupang

Institusi pendidikan diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai tambahan referensi ilmiah dan bahan pembelajaran mengenai masalah anemia pada remaja putri. Selain itu, institusi juga diharapkan dapat mendorong pengembangan penelitian lanjutan terkait faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja.

4. Bagi Puskesmas

Diharapkan petugas kesehatan dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan dan edukasi mengenai anemia, pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta penerapan pola makan bergizi seimbang pada remaja putri. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala terhadap pelaksanaan program pemberian TTD di sekolah agar kepatuhan konsumsi TTD dapat meningkat.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar serta menambahkan variabel lain yang dapat

memengaruhi kejadian anemia, seperti pola makan, lama menstruasi, aktivitas fisik, pengetahuan gizi, dan kebiasaan sarapan pagi sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih lengkap dan mendalam mengenai faktor-faktor penyebab anemia pada remaja putri.