

BAB V

KESIMPILAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Diketahui remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Kupang memiliki tingkat pengetahuan tentang anemia dalam kategori cukup, yaitu sebanyak 33 responden (60,0%), kategori baik sebanyak 14 responden (25,5%), dan kategori kurang sebanyak 8 responden (14,5%).
2. Diketahui remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Kupang tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah, yaitu sebanyak 29 responden (52,2%) sedangkan yang patuh sebanyak 6 responden (10,9%).
3. Diketahui remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Kupang mengalami anemia yaitu sebanyak 20 orang (36,4%) dan yang normal sebanyak 35 orang (63,6%).
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Kupang ($p\text{-value} > 0,308$).
5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Kupang ($p\text{-value} > 0,076$).

B. Saran

1. Bagi Siswi SMK Negeri 3 Kota Kupang
Diharapkan siswi dapat meningkatkan pengetahuan tentang anemia, pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang yang kaya zat besi, serta meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran untuk mencegah terjadinya anemia.
2. Bagi Pihak Sekolah SMK Negeri 3 Kota Kupang
Diharapkan pihak sekolah dapat bekerja sama dengan puskesmas dalam meningkatkan kegiatan edukasi kesehatan mengenai anemia serta melakukan pemantauan konsumsi tablet tambah darah secara rutin kepada siswi.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan tenaga kesehatan dapat meningkatkan penyuluhan dan pendampingan mengenai pencegahan anemia pada remaja putri, khususnya terkait pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan pola makan yang sehat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian anemia, seperti asupan zat besi, pola makan, status gizi, riwayat menstruasi, infeksi, dan faktor lainnya dengan jumlah sampel yang lebih besar.