

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian yang berjudul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo Tahun 2020” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Proporsi kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Lendah sebesar 44,0%.
2. Proporsi karakteristik remaja putri di SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo, sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup, pola menstruasi kategori normal, aktivitas fisik kategori berat, konsumsi Tablet Tambah darah (TTD) kategori cukup, dan status gizi kategori normal.
3. Faktor pola menstruasi, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), dan status gizi terdapat hubungan yang bermakna secara statistik dengan kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan faktor tingkat pengetahuan dan aktivitas fisik tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo tahun 2020.
4. Faktor paling dominan yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo tahun 2020 adalah faktor status gizi.

## **B. Saran**

Berdasarkan hal yang dapat direkomendasikan dari hasil penelitian ini diantaranya adalah:

1. Bagi Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo
  - a. Meningkatkan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri khususnya tentang anemia dan faktor – faktor yang mempengaruhinya secara berkesimbangan melalui penyuluhan, poster, leaflet, atau media lainnya sehingga remaja putri dapat lebih memperhatikan faktor risiko anemia.
  - b. Membuat program monitoring untuk remaja putri yang memiliki faktor risiko anemia, yaitu remaja putri dengan tingkat pengetahuan rendah, pola menstruasi tidak normal, aktivitas fisik berat, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) tidak cukup, dan terutama pada remaja putri yang memiliki status gizi tidak normal agar dapat diberikan perhatian khusus supaya tidak terjadi anemia berat.
2. Bagi Kepala Puskesmas Lendah I Kabupaten Kulon Progo
  - a. Meningkatkan pemantauan dan deteksi dini faktor risiko anemia yaitu pada remaja putri yang memiliki faktor risiko anemia, terutama pada remaja putri yang memiliki status gizi tidak normal sehingga dapat terjaring secara dini dan mendapatkan penanganan segera.
  - b. Melakukan konseling informasi dan edukasi (KIE) pada remaja putri apabila remaja putri dengan pola menstruasi tidak normal agar melakukan manajemen stres dengan baik. Remaja dengan kebiasaan

konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) tidak cukup agar meningkatkan pengetahuan tentang pola konsumsi tablet tambah darah secara tepat, benar dan valid. Remaja putri dengan status gizi tidak normal agar memperhatikan asupan nutrisinya dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi sehingga anemia dapat dicegah.

3. Bagi Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Lendah Kabupaten Kulon Progo

- a. Diharapkan dapat memberikan dukungan dan pengawasan terhadap semua program yang berkaitan dengan pencegahan anemia pada remaja putri terutama pada faktor status gizi, yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kulon Progo dan Puskesmas Lendah I.
- b. Mengaktifkan kembali kader kesehatan remaja (KRR) dalam melakukan pengawasan dan pemantauan status gizi remaja putri SMA Negeri 1 Lendah dengan penghitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) melalui pengukuran berat badan secara berkala.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti mengharapkan agar peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor – faktor lain dengan kejadian anemia pada remaja putri, dan sebaiknya dapat mengembangkan penelitian ini menjadi lebih baik lagi dengan menggunakan metode penelitian dan uji statistik yang berbeda.