

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai "Hubungan Anemia dengan Prestasi Belajar Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 12 Yogyakarta Tahun 2025", maka dapat disimpulkan:

1. Prevalensi anemia pada remaja putri kelas VIII di SMP N 12 Yogyakarta telah diketahui, menunjukkan bahwa sebagian siswi mengalami kondisi anemia. Anemia pada remaja putri merupakan masalah kesehatan yang cukup umum terjadi, terutama disebabkan oleh perubahan fisiologis saat pubertas, menstruasi, serta kurangnya asupan zat gizi seperti zat besi. Hal ini menjadi perhatian penting karena anemia dapat memengaruhi kondisi fisik dan mental siswa selama proses pembelajaran.
2. Tingkat prestasi belajar remaja putri kelas VIII juga telah diketahui, di mana terdapat variasi dalam capaian akademik para siswi. Beberapa siswi mencapai prestasi belajar yang baik, namun sebagian lainnya menunjukkan hasil belajar yang belum tuntas. Hal ini menandakan bahwa ada faktor-faktor internal maupun eksternal yang memengaruhi keberhasilan akademik, salah satunya adalah kondisi kesehatan seperti anemia.
3. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara anemia dengan prestasi belajar pada remaja putri kelas

VIII di SMP N 12 Yogyakarta. Siswi yang mengalami anemia cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih rendah dibandingkan siswi yang tidak anemia. Hal ini menunjukkan bahwa status hemoglobin (Hb) berperan dalam kemampuan kognitif, konsentrasi, dan stamina belajar yang memengaruhi capaian akademik.

B. Saran

1. Bagi remaja putri di SMP N 12 Yogyakarta
 - a. Diharapkan para siswi lebih memperhatikan kondisi kesehatan diri, khususnya dalam menjaga kadar hemoglobin agar tetap normal guna menunjang kemampuan belajar dan aktivitas harian.
 - b. Rutin mengonsumsi tablet tambah darah (TTD) satu kali seminggu sesuai dengan anjuran Kementerian Kesehatan.
 - c. Menjaga kesehatan sejak dini sangat penting untuk mendukung kesiapan fisik dan mental dalam mencapai prestasi belajar dan mempersiapkan masa depan, termasuk sebagai calon ibu yang sehat di masa mendatang.
2. Bagi Sekolah dan Guru SMP N 12 Yogyakarta
 - a. Mendukung pelaksanaan program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) kepada siswi secara teratur, serta memastikan bahwa tablet tersebut benar-benar diminum oleh siswi sesuai anjuran.
 - b. Mengadakan edukasi kesehatan secara rutin, khususnya tentang pentingnya gizi seimbang, anemia, dan pencegahan sejak dini melalui kerja sama dengan puskesmas, petugas UKS.
 - c. Memberikan perhatian terhadap kondisi fisik dan akademik siswi, misalnya dengan melakukan pemantauan nilai secara berkala dan memberikan bimbingan atau motivasi belajar tambahan kepada siswa yang prestasinya menurun karena masalah kesehatan.

3. Bagi Orang Tua

- a. Memberikan perhatian terhadap pola makan anak di rumah, dengan menyediakan makanan bergizi yang kaya akan zat besi, seperti hati ayam, sayuran hijau, ikan, daging, dan kacang-kacangan.
- b. Mendorong anak untuk rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), serta memastikan tablet tersebut dikonsumsi dengan benar dan tidak dibuang.
- c. Mendukung dan memotivasi anak dalam kegiatan belajar, serta memberikan waktu dan ruang belajar yang kondusif di rumah untuk meningkatkan prestasi akademik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Menambahkan variabel lain yang relevan, seperti status gizi, kebiasaan sarapan, pola tidur, tingkat stres, atau aktivitas fisik, agar hubungan antara anemia dan prestasi belajar dapat dianalisis secara lebih komprehensif.
- b. Menggunakan pendekatan campuran (mixed methods), yaitu menggabungkan metode kuantitatif dan kualitatif, agar hasil penelitian lebih mendalam dan dapat menggambarkan kondisi siswa secara holistik.