

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri1 Jetis Bantul, maka penulis menyimpulkan bahwa perilaku remaja tentang anemia yang dilakukan pada 75 responden itu sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden berperilaku cukup
2. Mayoritas responden memiliki siklus menstruasi terbanyak yaitu normal.
3. Mayoritas responden memiliki status gizi terbanyak yaitu normal.
4. Pada kelompok perilaku yang cukup, bahwa asih perlu ditingkatkan menjadi perilaku baik melalui upaya pencegahan anemia yang lebih efektif dan risiko anemia dapat ditekan secara maksimal.

B. Saran

1. Bagi Guru dan Petugas UKS di SMA 1 Jetis Bantul

Dari hasil penelitian ini diharapkan kepada guru dan bagian pengelola kesehatan siswa agar meningkatkan pemantauan terhadap perilaku pencegahan anemia pada remaja putri dalam jangka panjang siklus menstruasi, status gizi, dan aktivitas fisik yang baik untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi. Selain itu juga dapat meningkatkan penyuluhan maupun pengadaan program inovasi mengenai perilaku pencegahan anemia yang dapat dilakukan remaja putri.

2. Bagi Remaja Putri di SMA N 1 Jetis Bantul

Bagi remaja putri dapat membangun perilaku pencegahan anemia yang baik melalui aktivitas fisik yang dilakukan, status gizi mempertahankan pola makan yang baik, serta pemantauan siklus menstruasi dan mengkonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah berbagai penyakit seperti anemia dan menyiapkan reproduksi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadikan keterbatasan penelitian ini sebagai bahan evaluasi untuk penelitian selanjutnya terutama meningkatkan manajemen waktu dalam melakukan penelitian. Selain itu penelitian ini dapat sebagai sumber informasi dan referensi untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai kesehatan anemia pada remaja putri.