

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran perilaku kepatuhan konsumsi tablet tambah darah sebagai upaya pencegahan anemia pada remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 1 Panjatan tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) pada remaja putri sebagian besar berada pada kategori sedang 45%, diikuti kategori tinggi 29 % dan kategori rendah 26%
2. Siklus menstruasi remaja putri sebagian besar dalam kategori teratur yaitu sebanyak 64 responden (70%).

B. Saran

1. Bagi Guru dan Petugas UKS di SMP Negeri 1 Panjatan Kulon Progo
Dari hasil penelitian ini diharapkan kepada guru dan bagian pengelola Kesehatan siswa agar meningkatkan pemantauan terhadap kepatuhan mengkonsumsi TTD dalam jangka panjang seperti pendampingan konsumsi tablet Fe, pola makan dan aktivitas fisik yang baik untuk mencegah terjadinya kejadian anemia defisiensi zat besi. Selain itu juga dapat meningkatkan penyuluhan maupun pengadaan program inovasi mengenai konsumsi TTD secara rutin setiap minggu.
2. Bagi Remaja Putri di SMP Negeri 1 Panjatan

Bagi remaja putri dapat membangun tindakan pencegahan anemia yang baik khususnya tindakan pencegahan anemia melalui aktifitas fisik yang dilakukan, mempertahankan pola makan yang baik, serta patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah untuk mencegah berbagai penyakit seperti anemia dan menyiapkan reproduksi.

3. Bagi penelitian 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 dijadikan sebagai sumber informasi dan untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai Kesehatan anemia pada remaja.